ISSN 2091-1629

मूल्य रु. ४५/-

गौरी मासिक

GAURI MASIK

वर्ष २५, अङ्क ८, २०८३ वैशाख, पूर्णाङ्क २४०

निरन्तर २४० औं अङ्क

श्रीकिरातेश्वर महादेव

कन्काई न.पा. – २, झापा

भावातीत ध्यान

भावातीत ध्यान के हो ?

महर्षि महेश योगीज्यू प्रणित भावातीत ध्यान एक सरल, सहज, स्वाभाविक, प्रयासहीन एवं वैज्ञानिक पद्धति हो । यो कुनै पनि अवस्थामा आरामसँग बसेर गर्न सकिन्छ । विश्वभरका १३३ देशका २५० भन्दा बढी विश्वविद्यालयहरूमा ६०० भन्दा बढी वैज्ञानिक अध्ययन तथा अनुसन्धानहरूबाट प्रमाणित यो पद्धति विश्वभरमा ६० लाख भन्दा धेर व्यक्तिहरूले नियमित रूपमा अभ्यास गरिरहेका छन् ।

भावातीत ध्यान (Transcendental Meditation) का विशेषताहरू :

१. भावातीत ध्यान सरल, सहज, स्वभाविक, प्रयासहीन एवं वैज्ञानिक छ । यो शीघ्र प्रभावकारी छ ।

२. भावातीत ध्यान सिक्न तथा अभ्यास गर्न खानपिन, रहनसहन तथा जीवनयापनमा कुनै परिवर्तनको आवस्यकता पर्दैन, न त आफ्नो विश्वास परिवर्तन गर्न जरूरी छ । भावातीत ध्यान जुनसुकै जाति, धर्म तथा विचारधारा भएका सबै देशका नागरिकले सजिलै सिकेर र यसको नियमित अभ्यासद्वारा लाभ उठाउन सक्दछन् ।

भावातीत ध्यानमा के हुन्छ ?

भावातीत ध्यानमा चञ्चल मन शान्त हुँदै अत्यन्त सुक्ष्मस्तरबाट कार्य गर्न थाल्दछ । मन तथा विचारको अवस्था अनुसार हाम्रो शारीरिक अवस्था हुने भएकोले हाम्रो शरीरले पनि गहन विश्राम प्राप्त गर्दछ । शरीरले प्राप्त गर्ने गहन विश्रामले गर्दा मानव जीवनका विभिन्न क्षेत्रमा फाइदाहरु प्राप्त हुन सुरू गर्दछ ।

भावातीत ध्यानबाट हुने लाभहरू

नियमित रूपमा भावातीत ध्यानको अभ्यासले जीवनको समग्र क्षेत्रमा फाइदा पुग्दछ । भावातीत ध्यानका लाभहरूलाई वैज्ञानिक अनुसन्धानहरूले प्रमाणित गरेका छन्ः

क) मानसिक क्षमताको विकास

१. तीक्ष्ण बुद्धि एवं गहन समझदारीको विकास हुन्छ

२. धेर विषयवस्तुप्रति चिन्तन गर्ने शक्तिको विकास हुन्छ

३. स्मरणशक्तिको वृद्धिको साथै दुर्बलता, उत्तेजना एव चिडचिडापन हटेर भावनात्मक सन्तुलन बढ्दछ ।

४. सिर्जनशीलता, व्यावहारिक बुद्धिमत्ता तथा गणितीय क्षमतामा वृद्धि हुन्छ ।

ख) स्वास्थ्यमा सुधार

१. स्नायुप्रणालीमा गहन विश्राम उपलब्ध हुनाले तनाव विलीन हुन्छ। स्नायुप्रणाली शुद्ध हुन्छ । व्यक्ति आफ्नो 'स्व' मा स्थित हुन्छ र पूर्ण स्वस्थ हुन्छ ।

२. रोग प्रतिरोध क्षमता बढ्छ । तम्बाकु, बिडी, सिगरट, रक्सी र लागू औषधको आदत बिस्तारै बिस्तारै छुट्छ ।

३. मुटु तथा स्वासको गति एवं चयापचयको दर (Metabolic Rate) मा कमी आई उच्च तथा न्यून रक्तचाप एवं मुटुरोगलाई बढी फाइदा पुगेको पाईएको छ ।

४. चिन्ता र नकारात्मक समस्याहरु (इन्जाइटी र डिप्रेशन) समाधान हुन्छ ।

ग) सामाजिक व्यवहारमा सकारात्मकता

१. सहनशीलता बढ्छ । २. नैतिक परिपक्वताको विकास हुन्छ ।

३. अरूलाई सहयोग गर्ने भावना जागृत हुन्छ ।

४. व्यक्तिको आध्यात्मिक विकास हुन्छ ।

घ) समाजमा सकारात्मक प्रभाव र विश्व शान्तिमा योगदान

कुनै पनि समाज तथा देशको जनसंख्याको १ प्रतिशत मानिसले मात्र भावातीत ध्यान गरेमा त्यस समाज तथा देशमा दुर्घटना कम हुन्छ, अस्पताल भर्ना हुने संख्यामा कमी आउँछ, आपराधिक घटनाहरु कम हुन्छन् र समाजमा भाइचाराको सम्बन्ध सुदृढ हुँदै सामन्जस्यतामा वृद्धि हुन्छ । समाज तथा देशको सामूहिक चेतनामा सहसम्बद्धता बढ्दै सात्विकतामा वृद्धि हुन्छ ।

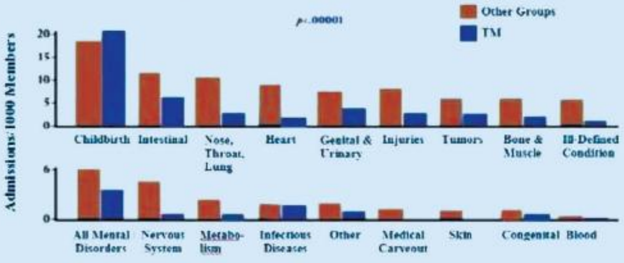
भावातीत ध्यान कसका लागि ?

भावातीत ध्यान ती व्यक्तिहरूका लागि हो जसले मानसिक क्षमतामा अभिवृद्धि गर्दै सुदृढ शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य चाहन्छन् । साथै ती व्यक्तिहरूका लागि हो जो तनाब एवं चिन्ताबाट मुक्त भएर जीवनमा प्रगति, विकास, सुख, शान्ति र सन्तुलनका अभिलाषी छन् । याद राख्नुहोस्ः भावातीत ध्यान कुनै धर्म नभएर मानवीय चेतनाको आधारमा प्रवर्तित एक विज्ञान हो । यसबाट जीवनमा सुख, शान्ति, समृद्धि र सन्तुलनको विकास हुन्छ ।

भावातीत ध्यानमा गरिएको अनुसन्धानको एउटा नमूना

56% Decrease in Hospitalization Rate in All Categories of Disease

Through Transcendental Meditation



Psychosomatic Medicine 49 (1987): 493–507

भावातीत ध्यानको आवासीय कार्यक्रमः

२ रात र ३ दिन

शुल्क रू १० हजार (आवास, खाना र ध्यान सहित)

स्थानः महर्षि वैदिक इन्चिटच्युट, ब्रह्मानन्द सरस्वती ग्राम,
दक्षिणकाली न.पा.-१ बोसन

सम्पर्क मोवाइलहरूः
९८५१०१३०२२ दीपकप्रकास बास्कोटा,
अध्यक्ष (पूर्व गृहराज्यमन्त्री)

भावातीत ध्यान शिक्षकहरुः
९८५७०८०७८७ भरतराज पौडेल, ९८५१०३९४७४
माधव अर्याल, ९८५१००३८९४ मीनराज अधिकारी ।

प्रेस काउन्सिल नेपालद्वारा 'क' वर्गमा वर्गीकृत आध्यात्मिक साहित्य

संवित परामर्श मण्डल
आबाल ब्रह्मचारी कविराज देवराज आचार्य
प्रा. शिवगोपाल रिसाल
डा. बिनु बाबा अर्याल
सल्लाहकार
श्रीमती गङ्गा कार्की
श्रीमती माधवी नेपाल
श्रीमती शिवा रिमाल
श्रीमती कमला बस्नेत
श्री नवराज लामिछाने
श्री मोहन चौधरी
प्रकाशक/सम्पादक
अर्जुन लामिछाने (९८५१०५३६०१)
सह-सम्पादक
भागवतश्री न्यौपाने (९८१३०१०२०२)
व्यवस्थापक
बिदुरप्रसाद अधिकारी
सहयोगी
पार्वती सेढाईं
साजसज्जाः
बिपीन सोडारी (९८४९८५६२१०)
मुद्रकः किशोर अफसेट प्रेस
अध्यात्म ज्ञान लिनु र दिनु परम धर्म हो ।
एक प्रतिको रू. ४५/-
वार्षिक सदस्यता शुल्क रू. ५००/-
आजीवन सदस्यता शुल्क रू. ५,०००/-
ग्राहक बनेर गौरीको प्रकाशनमा टेवा पुऱ्याइ पुण्य कमाउनुहोस् ।
यस पत्रिकामा प्रकाशित लोख रचनाहरू लेखकका व्यक्तिगत विचार हुन्- सम्पादक

सम्पर्क कार्यालय
मैतीदेवीमार्ग, सेतोपुल, काठमाडौं
फोन नम्बर- ०१-४५३४१४१
इमेलः- masikgauri@gmail.com / gauri_2062@yahoo.com

वितरक
विश्व स्वतन्त्र संचार
नयाँबानेश्वर, काठमाडौं, फोन नं.: ९८५१०३०९७२

कर्णाली प्रदेशः सुर्खेत ९८६८८९२३४७ (चैतेजी)
सुदुर पश्चिम कैलाली ९८४९९०३०३३ (हरिजी)
नेपालगञ्जः ९८४८०९५०५९ (गङ्गादास)
वाग्मति प्रदेश हेटौंडाः ९८४५३००६०५
देवघाटधाम, तनहुँ ९८५१०३०९७२
मधेश प्रदेश बर्दिवासः ९८४९२१६२५५
कोशी प्रदेशः ९८०३०९२४१७ (लेखनाथ)

जि. प्र. का. द. नं. ५२/०६२/०६३

हे गौरि शंकरार्धाङ्गि यथा त्वं शंकरप्रिया ।
तथा मां कुरू कल्याणि कान्तकान्तां सुदुर्लभाम् ॥

वर्ष २१, अङ्क ८, २०८३ पूर्णाङ्क २४०

वैशाख २०८३

मङ्गलबार	१	८	१५	२२	२९
बुधबार	२	९	१६	२३	३०
बिहीबार	३	१०	१७	२४	३१
शुक्रबार	४	११	१८	२५	गौरी
शनिबार	५	१२	१९	२६	गौरी
आइतबार	६	१३	२०	२७	गौरी
सोमबार	७	१४	२१	२८	गौरी

गौरीको अनुरोध.....!

यस गौरी मासिकको बार्षिक या आजीवन सदस्यता लिएर पनि पत्रिका नपाउनु भएका पाठकवृन्दहरूले कार्यालयमा सम्पर्क गरी छुटेका पत्रिकाहरू संकलन गर्नुहुन अनुरोध छ ।
कार्यालयः भुवनेश्वरी मार्ग, पशुपति

सम्पर्कः ९८४१५३३७८७,
९८०३८८८६६७ ९८५१०५३६०१

संक्षिप्त महाभारत

महारानी कुन्ती

यदुवंशका राजा शूरसेन भगवान् श्रीकृष्णका हजुर बुवा थिए। उनकी पृथा नामकी अत्यन्त सुन्दरी र शीलवती छोरी थिइन्। शूरसेनको फूपूका छोरा कुन्तीभोजका सन्तान थिएनन्। शूरसेनले आफ्नो पहिलो बच्चा हुनेबित्तिकै कुन्तीभोजलाई दिनेछु भनेर वचन दिएका थिए। उनको पहिलो सन्तान भयो। त्यसको केही समयपछि शूरसेनले आफ्नी छोरी पृथा कुन्तीभोजलाई दिए। कुन्तीभोजले पालनपोषण गरी हुर्काएकोले उनको नाम पृथाबाट कुन्ती रहन गयो।

कुन्तीभोजले घरमा गरिने देवपूजा र अतिथि सत्कारको जिम्मा छोरी कुन्तीलाई लगाएका थिए। एकपटक कठोर व्रत धारणा गरेका ऋषि दुर्वासा त्यहाँ आइपुगे। आफ्नो राम्रो आदर सत्कारका साथ कुन्तीले सेवा सुश्रूषा गरेकीले दुर्वासा ऋषिले प्रसन्न भएर एउटा दिव्य मन्त्र दिँदै भने 'हेर कुन्ती ! तिमीले आफ्नो इच्छा अनुसार जुन देवताको ध्यान गर्‍यौ तिनै देवता तिम्रो सामु उपस्थित हुनेछन् र उनैबाट तिम्रा तेजस्वी, संस्कारी र बलवान् सन्तान जन्मनेछन्" भनेर वरदान दिएका थिए।

यसो भन्नुको अर्थ के थियो भने दुर्वासालाई यो दिव्य ज्ञान थियो कि कुन्तीको आफ्ना पतिबाट सन्तान हुने छैनन्। त्यसैले ऋषिले कुन्तीलाई यो वर दिएका थिए। केहि समयपछि कुन्तीभोज विदावादी भएर ऋषि दुर्वासा आश्रमतर्फ गएका थिए।

यस्तो मन्त्र पाएको केही दिनपछि कुन्तीलाई मन्त्रको बारेमा उत्कण्ठा बढ्यो। एकचोटी प्रयोग गरी हेरौं न त भनेर एकान्तमा बसेर उनले सूर्यको आराधना गरिन्। बालिका कुन्तीले आलोकाँचो हिसाबले कस्तो हुने रहेछ भनेर महर्षिले दिएको मन्त्र जपेकी थिइन्। महर्षिको मन्त्रको प्रभाव झुटो हुने कुरै थिएन। तुरून्त नौ जवान सूर्य कुन्तीका अगाडि उपस्थित भइहाले। अनि आउने बित्तिकै कुन्तीलाई सूर्यले सोधे- 'हे कुन्ती ! तिमीले मलाई किन बोलायौ ? तिम्रो भावना अनुसार मैले के गर्न सक्छु ?' कुन्ती असमञ्जसमा परिन् र आत्तिदै 'हे भगवान्। मैले त मन्त्रको परीक्षण मात्र गरेकी हुँ' भनेर सत्य कुरा बताइन्।

तर विधिको विधान त्यस्तै थियो, बिचरी कुन्तीले के गरून् ! आफूले दिने केही छैन। टोलाएर बसेकी कुन्तीलाई सूर्यले भने 'आह्वान गरेपछि याचक केही नदिई फर्कदैन। ऋषिको वरदान बमोजिम तिमीले मलाई आह्वान गरेकोले तिम्रो कामना पूरा नगरी म फर्कन मिल्दैन।' सूर्यले यस्तो भनेपछि कुन्ती धेरै नै डराइन्। पछि सूर्यले उनलाई सम्झाउँदै भने- 'तिमीले मेरो मन्त्रद्वारा पुत्र प्राप्त गर्नेछौ तर तिमी भने पहिले जस्तै कुमारी नै रहने छौ।' सोही अनुसार भयो पनि। तर लोकलज्जाका कारण कुमारीमै आमा बन्नु ठीक थिएन। त्यसैले उनले गोप्यरूपले एउटा राम्रो सन्दुकमा आफ्नो बच्चा राखेर पुत्र वात्सल्य हुँदाहुँदै पनि मुटु थिचेर अत्यन्त सावधानीका साथ गङ्गामा लगेर बगाइदिइन्। त्यो बालक जन्मदै तेजस्वी, कानमा कुण्डल र छातीमा कवच भएको अत्यन्तै सुन्दर थियो। त्यही बालक महान् प्रतापी, शूरवीर महादानीका रूपमा कर्ण नामले दुनियाँमा प्रख्यात भयो।

त्यो बाकस गङ्गाको लहरमा बग्दै बग्दै गयो। गङ्गामा बग्दै आएको त्यो बाकस अधिरथ नामको एक माझीले देख्यो र बाकस(सन्दुक) नदीबाट किनारमा तानेर के रहेछ भनी हेर्दा त अति सुन्दर बालक देख्यो। तब अत्यन्त आश्चर्य मान्दै बालकलाई होशियारीपूर्वक सन्दुकबाट बाहिर निकाल्यो। ऊ निःसन्तान भएकोले बालक पाउँदा धेरै खुशी भयो र यथोचित तरिकाले हुर्काउने बढाउने व्यवस्था गर्‍यो।

यता समय व्यतीत हुँदै जाँदा कुन्ती विवाहयोग्य तरूनी भइन्। राजा कुन्तीभोजले आफ्नी छोरीको विवाहका लागि स्वयम्वरको आयोजना गरे। स्वयम्वरमा भाग लिन भनेर देशदेशावरबाट राजकुमारहरू कुन्तीभोजको दरवारमा उपस्थित भए। त्यो उपस्थितिमा हस्तिनापुरका राजकुमार पनि थिए। क्रमशः

प्रस्तुतिः केदारनाथ खनाल,
भीमसेनथापा- ३, तान्द्राङ, गोरखा

सम्पादकीय

शुभ रहोस् नूतन सम्वत् !

समय गतिशील छ । त्यसैले त हरेक पल, हरेक क्षण नवीन हुन्छन् । पल, क्षण हुँदै समयको गणना गर्दागर्दै अर्को एक वर्ष हामीबाट विदा भएको छ ।

भर्खरै वितेको वि.सं. २०८२ साल नेपालको परिवेशमा, विगतका वर्षहरूका तुलनामा राजनीतिक रूपमा परिवर्तनको वर्ष बनेको छ । गत भदौ २३ र २४ गते नेपालमा भएको जेन्जी आन्दोलनका कारण तत्कालीन सत्तारुढ दल पदच्यूत बन्न पुग्यो भने नयाँ जनादेशको निम्ति अन्तरिम चुनावी सरकार गठन भयो ।

चुनाव निर्धारित मितिमै फागनु २१ गते शान्तिपूर्ण तरिकाले सम्पन्न भयो । सो निर्वाचनमा जनताले नयाँ दल रास्वपालाई पर्याप्त बहुमत दिई पुराना दललाई मतदानबाटै वैधानिक रुपमा पाखा लगाइदिए । यस निर्वाचनले नेपालको संविधान २०७२ अनुरूप गरिने निर्वाचन प्रणालीमा एउटै दलले बहुमत ल्याउन सक्दैन भन्ने राजनीतिक अनुमानलाई समेत गलत सावित गरिदिएको छ ।

वि.सं. २०८२ चैत १५ गते नयाँ सरकार गठन भइसकेकोले सरकार नयाँ ढंगले अगाडि बढ्न सक्यो भने नयाँ वर्षमा नविनतम् परिवर्तनको अनुभूति हुनेछ । मुलुकमा व्याप्त भ्रष्टाचारप्रति निर्मम बनेको वर्तमान सरकारले विगतमा भन्दा फरक शैलीमा कार्य गर्नु जरुरी छ । तसर्थ नयाँ सरकारले जनअपेक्षा बमोजिम कार्य गरेर सुशासनको प्रत्याभूति दिलाउन ढिला गर्नु हुँदैन । नव गठित सरकारले पनि जनचाहना बमोजिम कार्य गर्न नसकेमा मुलुकको व्यवस्था प्रणालीप्रति नै गम्भीर खतरा उत्पन्न हुने निश्चित छ ।

अन्त्यमा, नयाँ वर्षसँगै देशको राजनीतिक, धार्मिक, आर्थिक, सामाजिक लगायतका समस्त पक्षमा सकारात्मक परिवर्तन सम्भव होस् । गौरीका समस्त पाठक वर्ग, विद्वान् लेखक, विज्ञापनदाता, शुभ चिन्तक लगायत सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ, दिदीबहिनीहरुमा नूतन सम्वत २०८३ को हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना !

अस्तु,

यसभित्र

अविच्छिन्न

संक्षिप्त महाभारत केदारनाथ खनाल २
सम्पादकीय ३

कविता

आमा डा. कृष्णप्रसाद भट्टराई ४

गीताज्ञान

ज्ञान ..... आचार्य खेमराज केशवशरण ५

भावानुवाद

विदुर नीति कविप्रसाद प्याकुरेल ८

आध्यात्मिक वार्ता

संकीर्तनानन्दमा श्रीमहेन्द्रनाथ गुप्त श्री'म' ९

समसामयिक

बुद्धको बुद्धत्व (ज्ञान) रामशरण अर्याल ११

चिन्तन

बुद्ध र ध्यान गोपालकुमार मैनाली १५

सेवा

अन्नसेवा... सहप्रा. डा. बिनु बाबा अर्याल १८

देशदर्शन

धनुषकोटीधाम एक लघु... डा नारायण निरौला २०

यात्रा स्मरण

नृसिंहधाम यात्रा मित्र गौतम २३

जात्रापर्व

वैशाख पूर्णिमामा मनाइने... प्रेममान डंगोल २५

संस्कृति

नेवा संस्कृतिको... श्रीकृष्ण डंगोल २७

पुस्तक चर्चा

पूर्णताको जीवनभित्र.. भागवतश्री न्यौपाने ३१
गतिविधि ३५

आमा

कृष्णप्रसाद भट्टराई

झिकेर मुटुको टुक्रा आखाभित्र अटाउछिन्
भोकभोकै बसी आफू छाती चुस्न खटाउछिन् ।
जिन्दगी बन्छ आमाले खाएको गास गासमा
सिर्जनामुल हुन् आमा स्रष्टाको इतिहासमा ॥

कोखबाट निकालेर यो धर्ती टेक्न लाउछिन्
ताते ताते भनी मिठो तोते बोलि सिकाउछिन् ॥
राखेर काखमा नानी कहिले गीत गाउछिन्
बालक सुतोस् भनी आमा हातले थुम्थुम्याउछिन् ॥

नानी उठ्छ भनी राति अल्प अल्प निदाउने
नानी रुन्छ भनी चाँडै अन्तबाट बिदा हुने ।
नानीकै साथमा खेल्छिन् काखकाखै नचाउछिन्
आमाले नै विधाताको सृष्टिलाई बचाउछिन् ॥

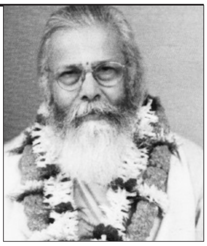
को खा को खा भनि खाना नानीलाई खुवाउछिन्
बगाई दुधको धारा शिशुलाई नुहाउछिन् ।
मातृवात्सल्य रित्तिन्न जस्तै दुःख भए पनि
बचरा गुड छोडेर टाढा टाढा गए पनि ॥

आमाको रुप बिग्रन्छ सन्तान जन्मिएपछि
सन्तान पर भै जान्छन् डोलीमा अन्मिएपछि ।
तैपनि हुन्छ यो सारा आमाका निम्ति गौरव
आमा निःस्वार्थ देवी हुन् कसरी नभनूँ अब ॥

जिन्दगानी रहेसम्म आखाले देख्न पाउलान्
आफ्नो शक्ति भए मान्छे सेवामा जुट्न आउलान् ।
धर्तीमै छ सबै चिज खोजे मिल्छ घरी घरी
तर जन्म दिने आमा पाइँदैन कसै गरी ॥ ❖

–पिङ्गलास्स्थान, काठमाडौं

(पुरानो पाठ्यक्रममा कक्षा ९ को नेपाली भाषामा समावेश कविता)



गीता चौथो अध्यायः

ज्ञान कर्मसंन्यासयोग

-आचार्य खेमराज केशवशरण

श्री भगवान् उवाचः
बहूनि मे व्यतीतानि जन्मानि तव चार्जुन ।
तान्यहं वेद सर्वाणि न त्वं वेत्धं परंतप ॥५॥

अन्वयः अर्जुन मे तव च बहूनि जन्मानि व्यतीतानि। अहं तानि सर्वाणि वेद परन्तपः त्वं न वेत्धं ।

सरलार्थः ए अर्जुन ! मेरा र तिम्रा पनि धेरै जन्महरू यसअघि पनि भइसकेका छन् । म ती सबैलाई जान्दछु । परन्तु तिमीलाई थाहा छैन ।

भावविशारदाः यहाँ भगवान्ले जीवात्मा र परमात्माका बीचको साम्य वैशम्यलाई राम्ररी संकेत गर्नुभएको छ । वस्तुतः मूल तात्त्विक रूपमा जीवात्मा पनि ज्ञानरूप छ । सत्, चित् र आनन्दका रूपमा उसको सत्ता छ । त्यसैले सच्चितानन्दमय परमात्मासँग उसको तात्त्विक साम्य छ । परन्तु ज्ञान, गति, बुद्धि, शक्ति जस्ता कुराहरूमा ऊ परमात्माको तुलनामा नितान्त सीमित हुन्छ । भगवान्मा यी सबै कुरा असीम र अनन्त हुन्छन् । परन्तु जीवात्मामा सीमित ज्ञान, सीमित गति, सीमित बुद्धि र सीमित शक्ति हुन्छ । अनादि परमात्माको अंशका नाताले जीवात्मा अनादि भएपनि सामर्थ्यका दृष्टिले ऊ अल्प हुन्छ । जीवात्मा जन्मैपिच्छे विभिन्न भौतिक शरीरमा आउन बाध्य हुन्छ । परमात्माको त कहिल्यै भौतिक शरीर हुँदैन । उहाँ सधैँ सचिदानन्द विग्रह हुनुहुन्छ । त्यसैले शरीरहरूको बारम्बार हुने परिवर्तनले जीवात्माले बितेका जीवनको स्मृति राख्न नसकेको हुन्छ । एक त ऊ पटक्कै पिच्छे पार्थिव शरीर धारण गरेर आउन विवश हुन्छ । त्यसमाथि उसलाई आफ्ना कर्मफलले बाँधेको हुन्छ र शरीरै पिच्छे भिन्न भिन्न बासना र यसरणाका पछि नदगुरी नहुने हुन्छ । राग, द्वेष, अहंकार, ईर्ष्या, काम, क्रोध, लोभ, मोह आदि विकारहरूले उसलाई उत्तिकै ताणित गर्दछ । स्वार्थको जालोले परमार्थको मार्गमा तगारो लगाइदिन्छ । यी सबै भाटवीका भुमरीहरूमा परेर जीवात्माको पूर्वस्मृति नष्ट हुन्छ ।

कतिपय विशिष्ट साधकहरू साधनाबलले केही पूर्वस्मृति प्राप्त गर्न सफल हुन्छन् । राजसी मनुले भनेका छन् नित्य वेदाध्याय गर्ने वाह्य र आन्तरिक पवित्रता राख्ने तपस्वी र प्राणी मात्रलाई कहिल्यै कष्ट नपुऱ्याउनेहरूले आफ्नो पूर्व जन्मको स्मृति प्राप्त गर्न सक्दछन्ः
वेदाभ्यासेन सततं शौचेन तपसैव चः ।
अद्रौहेण च भूतानां जातिं स्मरति पौर्विकीम् ।

महर्षि पतञ्जलि पनि भन्दछन् अपरिग्रहको मर्यादालाई जीवनमा स्थिर रूपले कायम राख्न सकेमा आफू कुन कुन रूपमा कस्तो जन्ममा किन पुगियो बुझ्न सकिन्छ ।
अपरिग्रहस्थैर्य जन्मकथन्ता बोधः (पतञ्जलयोगसूत्र २/२९)
जीवात्मा नै आफ्नो अविनाशी रूपलाई चिनेर नाशवान संसारी पदार्थहरूको एकोहोरो संग्रहमा लाग्नु परिग्रह कहलाउँछ । त्यसबाट मुक्त रहन सकेमा पूर्व जन्मसम्बन्धी जानकारी प्राप्त गर्न सकिन्छ । तर जीवात्माले यसरी प्राप्त गरेको यो जानकारी पनि सीमित नै हुन्छ पूर्ण हुँदैन । अर्जुन उच्चकोटीका अनन्य भक्त थिए । उनलाई यो सिद्धि पनि अवश्य प्राप्त थियो । तर सर्वज्ञ प्रभुको ज्ञान त अनन्त असीमित थियो । त्यसको तुलना हुन सक्दैन । त्यसैले भगवान्- नान्यहम वेद सर्वाणी । अर्जुनलाई भगवान्ले भन्नुभयो तिमी त्यसरी सबैलाई जान्न सक्दैनौ । तत्त्वम बोध परेन्तप ।

आफू सम्पूर्ण जन्महरूको घटनालाई सम्पूर्ण रूपमा जान्न सक्ने भएको र अर्जुनलाई तिमी त्यसरी जान्न सक्दैनौ भनेर सम्झाएको विषयलाई स्पष्ट पार्न आफूले जन्म लिने र कर्म गर्ने गरे पनि सामान्य सांसारिक जन्म र कर्म भन्दा भिन्न हुने कुरो सम्झाउँदै भगवान् अब अगाडि भन्नुहुन्छ-
अजोऽपि सन्नव्ययात्मा भूतानामीश्वरोऽपि सन् ।
प्रकृतिं स्वामधिष्ठाय संभवाम्यात्ममायया ।६।

अन्वयः अजः अपि सन् अव्ययात्मा भूतानाम् ईश्वरः अपि सन् स्वां प्रकृतिम् अधिष्ठाय अत्ममायया संभयामि ।

सरलार्थः म अजन्मा अविनाशी र सम्पूर्ण प्राणीहरूको ईश्वर भएर पनि आफ्नो प्रकृतिलाई अधिनमा राखेर आफ्नो योग मायाको साथ लिई प्रकट हुने गर्दछु ।

भावविशारदाः भगवान्‌ले यी वाक्यहरूमा आफ्ना मुख्य मुख्य विशेषताहरूलाई सम्झाउनुभएको छ । अजन्मा जन्मारहित भएर पनि प्रकट हुन्छु र अविनाशी भएर पनि अन्तर्धान हुन्छु । भगवान्‌को जन्म र मरण होइन प्राकट्य र अन्तर्धान हुन्छ । सामान्य प्राणी जब संसारमा आउँछ त्यसलाई जन्म भनिन्छ । परन्तु जब भगवान् संसारमा आउनुहुन्छ त्यसलाई अवतार भनिन्छ । किन के छ त अन्तर जन्म र अवतारमा ? सामान्य प्राणी आफ्नो कर्मफल भोग्न संसारमा आउँछ । उसलाई कर्म फलको बन्धनले बाँधेको हुन्छ । परन्तु भगवान् कहिले पनि कर्मफलले बाँधिनुहुन्न । सामान्य प्राणी मायाको प्रकृतिको अधीनमा हुन्छ । मायाद्वारा प्रकृतिद्वारा बाँधिन्छ । तर भगवान् प्रकृतिलाई मायालाई आफ्नो अधीनमा राखेर सर्वत्तम स्वतन्त्र भनेर आउनुहुन्छ ।

सामान्य प्राणीले चिताए अनुसारको शरीर ग्रहण गरेर आउन सक्दैन । तर भगवान् जस्तो रूप बनाउन चाह्यो त्यस्तै रूप जनाएर आउन सक्नुहुन्छ । साधारण मनुष्यको कर्मको बन्धनमा बाँधिएको हुनाले उसलाई आफ्नो कर्मफलले प्रदान गर्ने शरीर मात्र प्राप्त गर्ने क्षमता हुन्छ । एसएलसी पास गरेको र एमए पास गरेकालाई व्यवहारमा अलगअलग योग्यताको सेवाधिकार मिले जस्तै उसका कर्मफलभित्र पर्ने निर्धारित शरीर मात्र उसलाई प्राप्त हुन सक्दछ । आफ्नो कर्मको योग्यताले प्राप्त गर्न नसक्ने शरीर ऊ कहिले पाउन सक्दैन । तर भगवान्‌लाई ती बाध्यताहरू हुँदैनन् । उहाँ प्रकृतिका मायाका स्वामी हुनुहुन्छ । मायाम तु प्रकृतिम विध्यानमा दिनमतु महेश्वरम । वेदान्तले, उपनिषद् वाङ्‌मयले यो स्पष्ट पारेको छ ।

भगवान् मायाका स्वामी महेश्वर, सर्वेश्वर र सर्वस्वतन्त्र हुनुहुन्छ । त्यसैले कर्म बन्धन र मायापासमा बाँधिएको सामान्य प्राणी जन्मिन्छ र मर्छ परन्तु भगवान् प्रकट हुनुहुन्छ र अन्तर्धान हुनुहुन्छ । सामान्य प्राणीको जन्म हुन्छ र भगवान्‌को अवतार अवतरण हुन्छ । भगवान्‌ले यहाँ भन्नुभएको सम्पूर्ण प्राणीहरूको ईश्वर भएर पनि म प्रकट हुन्छु । भगवान् संसारमा प्रकट हुँदा भक्तजनको प्रार्थना अनुसार बालक बनिदिनुहुन्छ, तर बालक रूपमै पनि उहाँको ईश्वरत्व विद्यमान नै रहन्छ । त्यसैले छ दिनका श्रीकृष्णद्वारा पुतना जस्तो भयङ्कर राक्षसीको संहार हुन्छ । तीन महिनाको उमेरमा तृणावर्तको र एक वर्षको उमेरमा शकरासुरको संहार भगवान् श्रीकृष्ण गर्नुहुन्छ । पाँच वर्षको उमेरमा बकासुर र अघासुरको संहार र कालियानाको मर्दन गर्नुहुन्छ । सात वर्षको उमेरमा आफ्नो औलामा गोवर्धन पर्वत धारण गरेर व्रजवासीहरूको रक्षा गर्नुहुन्छ । भगवान् बाल्यावस्था पछि किशोरावस्थासम्म बढ्ने क्रम पूरा गरेर त्यसपछि नित्य किशोर रूप लिनुहुन्छ । त्यसपछि जति समय बिते पनि उहाँ किशोरका किशोर रहनुहुन्छ । यो उहाँको स्वरूपको विग्रहको अलौकिता हो, अप्राकृतितता हो र दिव्यता हो ।

भगवान्‌ले यहाँ स्वां प्रकृतिम् अधिष्ठाय भन्नुभएको छ । यसको अर्थ म आफ्नो अप्राकृतिक शुद्ध शक्तिको आश्रय लिएर प्रकट हुन्छु भन्ने हो । भगवान्‌मा तीन वटै चिन्मय शक्तिहरूको नित्य निवास रहन्छ । सन्धिनी शक्ति, संवित् शक्ति र ह्वादिनी शक्ति । सन्धिनी शक्ति सत्‌स्वरूपा, संवित शक्ति चित्तरूपा, र ह्वादिनि शक्ति आनन्द स्वरूपा छिन् । भगवान् सच्चिदानन्दघन हुनुहुन्छ । भगवान्‌का तीनै शक्तिहरू कुनै समय सीताका रूपमा, कुनै समय राधाका रूपमा र कुनै समय रूक्मिणीका रूपमा प्रकट हुन्छन् । भगवान्‌का ऐश्वर्यमय माधुर्यमय वात्सल्यमय विभिन्न लिलाहरू सम्पन्न गर्न सघाउ पुऱ्याउने यिनै शक्तिहरू हुन् । भगवानलाई प्राप्त गराइदिने परम कृपामयी भक्ति र ब्रह्म विद्या पनि यिनैका रूप हुन् । यिनीहरू नै आवश्यकता अनुसार निर्गुणाकारको उपासकका सामु ब्रह्म विद्या र सगुण साकार रूपमा उपासकका सामु भक्ति बनेर प्रकट हुन्छन् ।

भगवान्‌ले यहाँ अर्को वाक्य भन्नुभएको छ– संभयाम्यात्ममायया । अर्थात्, म मेरो योगमायाको साथ लिएर प्रकट हुन्छु । योगमाया भगवान्‌की सत्यसंकल्परूपा शक्ति हुन् । भक्तहरूले मात्र मलाई देखुन् र जानुन् । भक्तिरहितहरूले देख्न र जान्न नपाउन भन्ने भगवान्‌को सत्संकल्प नै भगवान्‌रूपी योगमाया हुन् । साधना गर्नेहरूले, नित्य भगवत्सेवा गर्नेहरूले, प्रेमीभक्तहरूले यिनैको कृपाले

भगवान्को दर्शन पाउँछन् ।

जो मूढ भक्ति साधनामा समर्पित छैनन् तिनका सामु दुईटा पर्दा हुन्छन् एउटा मूढताको र अर्को योगमायाको । त्यस्ताले पनि भाग्य खुलेर सत्संगतिमा पुग्ने मौका पाए भने मूढताको पर्दा हटाएर आत्मानुभूति स्वरूपको परिचय त पाउन सक्दछन् तर परमात्मा दर्शन र परमात्मानुभूति चाहिँ तिनलाई प्राप्त हुँदैन । जबसम्म भगवत शरणागति ग्रहण गरेर भगवत भक्तिद्वारा प्रभुका कृपाभाजन बन्दैनन् तबसम्म भगवान्को कृपाले योगमायाको पर्दा हर्दैन । तिनलाई भगवत दर्शनको शुभ अवसर प्राप्त हुन सक्दैन । साधकले आफ्नो मूढताको पर्दा त सत्संगको अभ्यासले हटाउन पनि सक्लान् परन्तु योगमायाको पर्दा चाहिँ भगवान्को कृपाबाट मात्र हट्न सक्दछ । जसका लागि अनन्य भक्ति परमावश्यक हुन्छ ।

अवतार शब्दको सोझो अर्थ हो अवतरण अर्थात् ओर्लनु । भगवान् आफ्नो अनन्त, असीम, विश्वव्यापी सर्वेश्वर स्वरूपलाई परिपूर्ण सत्तालाई समेटेर अनन्य भक्तहरूको सदिच्छा साकार तुल्याउन कृपापूर्वक अवतरण गरिदिनु हुन्छ । ओर्लेर आइदिनु हुन्छ । सामान्य मनुष्य जीवनमा हुने स्वभाविक लीलाहरू पनि गर्दै मानव समुदायमा घुलमिल भएर रहिदिनुहुन्छ । भक्तको सदिच्छा पूरा गरिदिन सारथीसम्म पनि भइदिनुहुन्छ । सामान्य संसारी प्राणी ठूलो हुनुमा बढाई ठान्दछन् तर भगवान् सानोपनमा ओर्लेर महान बनिरहनु भएको हुन्छ । लोकरक्षाका लागि भगवान् सानो भन्दा सानो भूमिकामा समेत रहेर लीलाहरू गर्नुहुन्छ । भगवान् जति सानो भूमिकामा देखा पर्नुहुन्छ भक्तहरूका लागि उहाँ त्यति नै महान बनेर व्यक्त हुनुहुन्छ । उहाँका लीला त्यति नै श्रवणीय र महिमामय बनिरहेका हुन्छन् । आत्ममायया सम्भवामि भन्ने उक्तिभित्र भगवान्ले यी सबै कुरा इङ्गित गर्नुभएको छ । क्रमशः

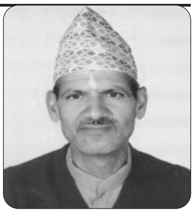
(आचार्य खेमराज केशवशरण वि.सं. २०७४ साउन १८ गते स्वर्गारोहण हुनभएको हो । गौरी मासिकले प्रकाशन आरम्भसँगै उहाँका लेखरचनालाई प्राथमिकताका साथ प्रकाशन गर्दै आएको थियो । साधनाका पाइला स्तम्भ झण्डै एक दशक निरन्तर प्रकाशन गरियो भने त्यसपछि साढे दुई वर्ष दैवी सम्पदा प्रकाशन गरियो । आम पाठकहरूको माग एवम् रूचीलाई मध्यनजर गरी पछिल्ला समयमा उहाँले लेख्नुभएको र उहाँकै पारिवारिक श्रोतबाट प्राप्त भएको गीताको भावार्थचन्द्रिका हामीले गौरीका प्रकाशनमा निरन्तर प्रकाशित गर्दै आइरहेका छौं ।) ❖

वैशाख महिनाका

पर्व तथा विदा

१ गते नववर्षारम्भ, टोखा सपनतीर्थ मेला, भक्तपुर विस्काजात्रा,
२ गते प्रदोषव्रत, मध्यपुरठिमी बालकुमारीयात्रा, भक्तपुर महाकाली, महालक्ष्मी यात्रा, टोखा चण्डेश्वरी मूलरथयात्रा,
३ गते भक्तपुर ब्रह्मायणी यात्रा,
४ गते मातातीर्थ औंसी
५ गते ललितपुर मत्स्यन्द्रनाथ रथारोहण/विश्व सम्पदा दिवस
६ गते परशुराम जयन्ती
७ गते अक्षय तृतीया व्रत/शिव पार्वती विवाह महोत्सव
८ गते मंगलचौथी व्रत/छन्द दिवस/आद्यगुरू शंकराचार्य जयन्ती/श्री मच्छिन्द्रनाथ रथ यात्रा प्रारम्भ
९ गते रामानुजाचार्य जयन्ती
१० गते गङ्गा सप्तमी व्रत/विश्व पुस्तक तथा प्रतिलिपि अधिकार दिवस
११ गते लोकतन्त्र दिवस/गोरखकाली पूजा
१२ गते सीता जयन्ती व्रत
१३ गते विश्व बौद्धिक सम्पत्ति दिवस
१४ गते मोहिनी एकादशी व्रत
१६ गते प्रदोष व्रत
१७ गते नृसिंह जयन्ती
१८ गते बुद्ध जयन्ती/उभौली पर्व/चण्डेश्वरी जात्रा/चण्डी पूर्णिमा/गोरखनाथ जयन्ती/कुर्म जयन्ती/वैशाख स्नान समाप्ति/अन्तर्राष्ट्रिय श्रमिक दिवस
२० गते विश्व प्रेस स्वतन्त्रता दिवस
२२ गते मंगलचौथी व्रत
२४ गते किराँत समाज सुधार दिवस
२५ गते विश्व रेडक्रस दिवस
२६ गते कानून दिवस/गोरखकाली पूजा
३० गते अपरा एकादशी व्रत
३१ गते प्रदोष व्रत ।

विदुर नीति



–कविप्रसाद प्याकुरेल

क्रोध, हर्ष तथा दर्प हृःस्तम्भ मान्यमान्यता ।
द्वारा जो च्युत बन्दैन, त्यो हो वास्तव पण्डित ॥२२॥

जसको कृत्य अज्ञात मन्त्र वा अभिमन्त्रित ।
सम्पन्न कार्य जानिन्छ हो त्यही व्यक्ति पण्डित ॥२३॥

शीत वा उष्णताबाट भयभीत हुँदैन जो ।
समृद्धि वा असमृद्धि समान व्यक्ति पण्डित ॥२४॥

जसको लौकिक बुद्धिमा धर्म औ अर्थ पूर्ण छ ।
पुरूषार्थतर्फ लाग्ने व्यक्ति सर्वज्ञ पण्डित ॥२५॥

यथाशक्ति शुभकर्म यथाशक्ति व्यवस्थित ।
तुच्छ वस्तु कुनै छैन, त्यो नै हो बुद्धि पण्डित ॥२६॥

विलम्ब सुन्दा नि तुरून्त ज्ञान ।
कर्तव्य, बुद्धि, पुरूषार्थ, काम ॥

आज्ञा नलिई अरूबाट हुँदैन काम ।
त्यो हो महापण्डित प्राज्ञ जान ॥२७॥

अप्राप्य वस्तुको इच्छा, विलुप्त वस्तु शोकमा ।
विपत्तिमा मोह हुन्न सदा पण्डित बुद्धिमा ॥२८॥

निश्चयमा शुभारम्भ, निरन्तर समापन ।
समय व्यर्थ फाल्दैन, त्यो हो सर्वज्ञ पण्डित ॥२९॥

कर्मशील सदाकाल विशिष्ट कर्म गर्दछ ।
पण्डित स्थिर बुद्धिमा हो कल्याणकारी चिन्तक ॥३०॥

सम्मानमा हर्ष हुन्न, न चिन्ता अपमानमा ।
गङ्गासागरको जस्तै शुद्ध निर्मल पण्डित ॥३१॥

भौतिक पदार्थ तत्त्वज्ञ, योगज्ञ सर्वकर्ममा ।
उपायज्ञ सदाकाल व्यक्ति नै श्रेष्ठ पण्डित ॥३२॥

प्रवृत्त वाक्यकथन, प्रतिभा शब्द अक्षर ।
आशुकवि, श्रेष्ठवक्ता, त्यो हो विशिष्ट पण्डित ॥३३॥

जो छ श्रुति अनुरागी, प्रज्ञानुरागी कर्ममा ।
मर्यादा पालना गर्छ त्यो हो विशिष्ट पण्डित ॥३४॥
श्रुतिमा रूचि नै छैन, कल्पना छ असम्भव ।
धनको चाहना गर्छ, काम गर्दैन दुर्जन ॥३५॥

आफ्नो कर्तव्यको त्याग, अर्काको काममा रूचि ।
मिथ्यामा मित्रता गर्छ, नतिजा हुन्छ दुर्गति ॥३६॥

अकाम कामना गर्छ, कामनालाई त्याग्छ जो ।
बलिमा शत्रुता गर्छ, त्यो दुष्ट पटमूर्ख हो ॥३७॥

शत्रुमा मित्रता राख्छ, मित्रमा द्वेष गर्दछ ।
त्यो कुकर्मी दुष्ट बुद्धि अवश्यै नर्क पर्दछ ॥३८॥ क्रमशः

–कपन, काठमाडौं

नीति अनुसन्धान प्रतिष्ठान, नेपाल (नेनाप) को
'नीति विमर्श' शृङ्खला अन्तर्गत
नेपाल-भारत सम्बन्ध नीति विशेष कार्यक्रम
प्राइम टेलिभिजनमा प्रत्येक महिनाको पहिलो र तेस्रो सोमवार
रात्रि ९:00 बजे हेर्न नछुटाऔं ।

श्रीरामकृष्ण तथा ज्ञानयोग

–श्री महेन्द्रनाथ गुप्त श्री 'म'

अघिल्लो अंकबाट क्रमशः

सङ्कीर्तनानन्दमा

आज एकजना गाउने मान्छे आउने भएका छन्, आफ्नो मण्डली लिएर कीर्तन गर्नेछन् ।

श्रीरामकृष्ण बराबर आफ्ना शिष्यहरूलाई सोधिरहनुभएको छ, कीर्तनीयाँ कहाँ छ खै ? महिमाचरणले भने, "हामी यहाँ ठीकै छौँ ।" श्रीरामकृष्ण– हामी त यहाँ बाह्रै महिना भेटिरहन्छौँ नि । बाहिरबाट कसैले भन्यो, "कीर्तनीयाँ आए ।" श्रीरामकृष्णले आनन्दको उच्छवासमा यति मात्र भन्नुभयो, के आइपुगे ?

कोठाको दक्षिण–पूर्वको लम्बा बरन्डामा सत्रन्जा ओछ्याइयो । श्रीरामकृष्णले भन्नुभयो, "यसमाथि अलिकति गङ्गाजल छिट्दिनु, नजाने कति मानिसहरूले यहाँ खुँदेका छन् होला ।"

बालीटोलाबाट प्यारी बाबुका आइमाईहरू, छोरीहरू काली दर्शन गर्न मन्दिर आएका छन् । कीर्तन हुने आयोजना देखेर उनीहरूलाई पनि सुन्ने इच्छा भयो । एउटाले श्रीरामकृष्णसँग आएर सोध्यो, "उनी सबैले सोधेका छन्, के कोठामा ठाउँ होला ? के उनीहरूपनि बसून् ?"

श्रीरामकृष्ण (कीर्तन सुन्दासुन्दै भन्नुहुन्छ)– होइन–होइन, ठाउँ कहाँ छ र ? यसै समय नारायण आए र उनले श्रीरामकृष्णलाई प्रणाम गरे ।

श्रीरामकृष्ण भनिरहनुभएको छ, "तँ किन आएको ? घरका मान्छेहरूले तँलाई कति पिटे ?"

नारायण श्रीरामकृष्णको कोठातर्फ जाँदै थिए, श्रीरामकृष्णले बाबुरामलाई इसाराले भन्नुभयो, "यसलाई खान दिनू ।"

नारायण कोठाभित्र गए । एकाएक श्रीरामकृष्ण उठेर कोठाभित्र पस्नुभयो, नारायणलाई आफ्नै हातले भोजन गराउनुहुनेछ । खाएपछि फेरि उहाँ कीर्तनमा आएर बस्नुभयो ।

भक्तहरूसँग कीर्तनानन्द

धेरैजना भक्तहरू आएका छन्, श्रीयुत विजयगोस्वामी, महिमाचरण, नारायण, अधर, मास्टर, सानो गोपाल आदि । राखाल, बलराम, यसबखत वृन्दावनमा छन् । दिनको तीन–चार बजेको समय होला । श्रीरामकृष्ण बरन्डामा कीर्तन सुनिरहनुभएको छ ।

नजिकमा नारायण आएर बसे । चारैतर्फ अरू भक्तहरू बसेका छन् । यसैबखतमा अधर आए । अधरलाई देखेर श्रीरामकृष्णमा केही उद्दीपना भयो । अधरले प्रणाम गरेर आशनग्रहण गरेपछि श्रीरामकृष्णले उनलाई अरू नजिकै आएर बस्ने इसारा गर्नुभयो ।

कीर्तनियाँहरूले कीर्तन सके । सभा उठ्यो । बगैँचामा भक्तगणहरू यताउति टहल्दै छन्, कोही– कोहीचाहिँ कालीजी, राधाकान्तजीको आरती हेर्न गए ।

साँझपछि श्रीरामकृष्णको कोठामा भक्तगणहरू फेरि एकत्रित भए । उहाँको कोठामा कीर्तनको आयोजना फेरि हुन लाग्यो । उहाँमा खुबै उत्साह छ । भन्नुहुन्छ, "एउटा बत्ती यता पनि दिनू, दुईटा बत्ती बालियो, खुब उज्यालो हुन लाग्यो ।"

श्रीरामकृष्ण विजयसँग भन्दै हुनुहुन्छ, "तिमी किन त्यस्तो ठाउँमा बसेको ? यता आएर बस ।"

अहिलेको पालि कीर्तन खुब जम्यो । श्रीरामकृष्ण मस्त भएर नृत्य गर्दै हुनुहुन्छ । भक्तगण उहाँलाई घेरी–घेरी नाचिरहेका छन् । नाच्दानाच्दै विजयको धोती खुल्यो र उनी दिगम्बर भए । अलिकति पनि होस छैन ।

कीर्तन भएपछि विजय साँचोको झुप्पा खोज्दै छन् । कतै खसेको रहेछ । श्रीरामकृष्ण भन्दै हुनुहुन्छ, "अझ पनि एक चोटि 'बोल वृन्दावन विहारीकी जय' हुनुपर्छ ।" यति भनेर हाँस्नुहुन्छ र विजयसँग अझै भन्नुहुन्छ, "अब यो सब किन ?" (अर्थात् अब साँचोसँग के सम्बन्ध राख्नु) किशोरी अब बिदा माग्दै छन् । श्रीरामकृष्ण स्नेहार्द्र भएर किशोरीको शरीर सुमसुम्याउनुहुन्छ र भन्नुहुन्छ, "लौ त जाऊ ।" बोलीमा करूणा घोलिएको छ । केही बेरपछि मणि र सानो गोपाल पनि श्रीरामकृष्णसँग बिदा माग्न आए र प्रणाम गरे । श्रीरामकृष्णको उस्तै करूणापूर्ण बोली बोल्दै भन्नुभयो, "भोलि बिहानै उठेर जानू, कतै शीत लागेर बिरामी परौला ।

मणि र गोपाल गएनन् । उनीहरू आज राति यहाँ बस्ने भए । उनीहरू र अरू दुई भक्त जमिनमा बसेका छन् । केही बेरपछि श्रीरामकृष्णले श्रीयुत रामचक्रवर्तीलाई भन्नुभयो, “राम, यहाँ अर्को पनि एउटा पाओस (चकटी) थियो, कहाँ गएछ ?”

अलिकति विश्राम गर्न पनि श्रीरामकृष्णलाई दिनभरि फुर्सदै मिलेन । भक्तहरूलाई छोडेर उहाँ कता जान सक्नुहुन्थ्यो र ? अब एक चोटि बाहिरतिर जान लाग्नुभयो । कोठामा फर्केर उहाँले देख्नुभयो, मणि रामलालसँग सुनेर गाना लेखिरहेछन् । श्रीरामकृष्णले मणिसँग सोध्नुभयो, “के लेखेको ?” गानाको नाउँ सुनेर भन्नुभयो, “यो त धेरै लामो गाना छ ।”

राति खानामा श्रीरामकृष्ण अलिकति सुजीको खिर, दुई पुरी लिनुहुन्छ । उहाँले रामलाललाई सोध्नुभयो, “सुजी छ ?” गानाको एक–दुई लाइन लेखेपछि मणिले लेख्न बन्द गरे ।

श्रीरामकृष्ण भुइँमा राखेको आसनमा बसेर सुजीको खिर खाइरहनुभएको छ । भोजन भए– गरेपछि, उहाँ सानो खटियामा बस्नुभयो । नजिकैको दीपदानीमा बत्ती बलिरहेछ । श्रीरामकृष्णको खाटको बगलको तखतामा बसेर मास्टर वातचित गरिरहेका छन् । श्रीरामकृष्णले सोध्नुभयो, “मिठाई छ ?” मास्टरले ताजा सख्खरबाट बनेको सन्देश ल्याएका थिए । रामलालले भने, “ऊ त्यहाँ खोपामा राखेको छ ।”

श्रीरामकृष्ण– कहाँ छ ? अलिकति ल्याऊ त ।

मास्टर फूर्तिसाथ उठेर खोज्न लागे तर त्यहाँ सन्देश थिएन । भक्तहरूको सेवामा लाग्यो होला ।

मास्टर सङ्कुचित भएर श्रीरामकृष्णकै नजिक आएर बसे । कुराकानी चलिरहेछ । नारायणको कुरा गर्दा श्रीरामकृष्णलाई भावावेश भइरहेछ ।

श्रीरामकृष्ण– आज मैले नारायणलाई देखैँ ।

मास्टर– हो, आँखा डबडबाएका रसिला थिए । उसको अनुहार देख्दा रून मन लाग्यो ।

श्रीरामकृष्ण– उसलाई देखेर वात्सल्य भाव बढेर आउँछ । यहाँ आउँछ, त्यसैले घरका मानिसहरूले उसलाई पिट्छन्, उसको तर्फबाट बोल्ने कोही छैन ।

मास्टर (साहास्य)– हरिपदको घरमा किताब राखी ऊ यहाँ भागेर आएको हो ।

श्रीरामकृष्ण– यो राम्रो गरेन । श्रीरामकृष्ण चुप लाग्नुभएको छ, केही बेरपछि बोल्नुभयो, “हेर, उसमा बडो शक्ति छ । नहुँदो त कीर्तन सुनिरहेको मलाई कहिल्यै उसको आकर्षणले खिचेर ल्याउन सक्थ्यो ? मलाई कोठाभित्र आउनुपर्‍यो । कीर्तन छोडेर आउनुपर्‍यो, यस्तो कहिल्यै भएन ।” श्रीरामकृष्ण एकछिन फेरि चुप लाग्नुभयो । केही मिनेटपछि बोल्न लाग्नुभयो ।

“उसलाई मैले भावावेशमा सोधेको थिएँ ।” उसले एउटै वाक्यमा भन्यो, “म आनन्दमा छु ।”

(मास्टरसँग) तिमीले उसलाई कहिले–कहिले केही किनेर ख्वाउने गर्नु, वात्सल्यभावमा श्रीरामकृष्णले फेरि तेजचन्द्रको बारेमा कुरा निकाल्नुभयो ।

(मास्टरसँग) एक चोटि ऊसँग सोधी त हाल, एकै बोलीमा उसले मलाई के भन्छ ? ज्ञानी अथवा अरू केही नै । सुनैँ, तेजचन्द्र धेरै बोलचाल गर्दैन । (गोपालसँग) हेर, तेजचन्द्रलाई शनिबार वा मङ्गलबार आउनका लागि भन्नु ।

श्रीरामकृष्ण (मास्टरसँग)– अँ, एक चोटि तिम्रो स्कुलमा गएर खोजूँ ।

मास्टरले ठाने, उहाँ नारायणलाई हेर्नका लागि स्कुल जाने कुरा गरिरहनुभएको छ । उनले भने, “मेरो घरमा आएर बस्नु भए पनि काम भइहाल्छ ।

श्रीरामकृष्ण– एउटा इच्छा छ । त्यो हो कि त्यहाँ गएर हेरूँ । अरू पनि ऊ जस्तै लड्का छन्-छैनन् ?

मास्टर– हस् हजुर, अवश्य जानुहोस् । अरू मानिसहरू जसरी स्कुल हेर्न जान्छन्, उसै गरी हजुर पनि जानुभए हुन्छ ।

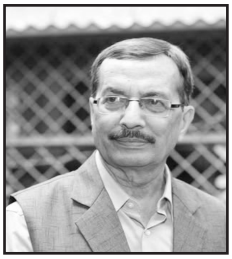
श्रीरामकृष्ण आफ्नो खटियामा बसेर तमाखु खाँदै हुनुहुन्छ । यसैबखतमा मास्टर र गोपालले बरन्डामा बसेर भोजन गरे, रोटी र दाल । उनीहरूले नहबतखानामा सुत्ने विचार गरे । मास्टर भोजन गरेपछि फेरि श्रीरामकृष्णको पाउपोसमा आएर बसे ।

श्रीरामकृष्ण (मास्टरसँग)– नहबतखानामा भाँडाकुँडा राखेको होला, यहाँ सुत्छौ, यसै कोठामा ?

मास्टर– हस्, हुन्छ । क्रमशः

भावानुवादः प्रा.डा. शङ्करराज पन्त, मैतीदेवी
श्रोतः श्रीरामकृष्ण परमहंशको दैनिकी

बुद्धको बुद्धत्व (ज्ञान)



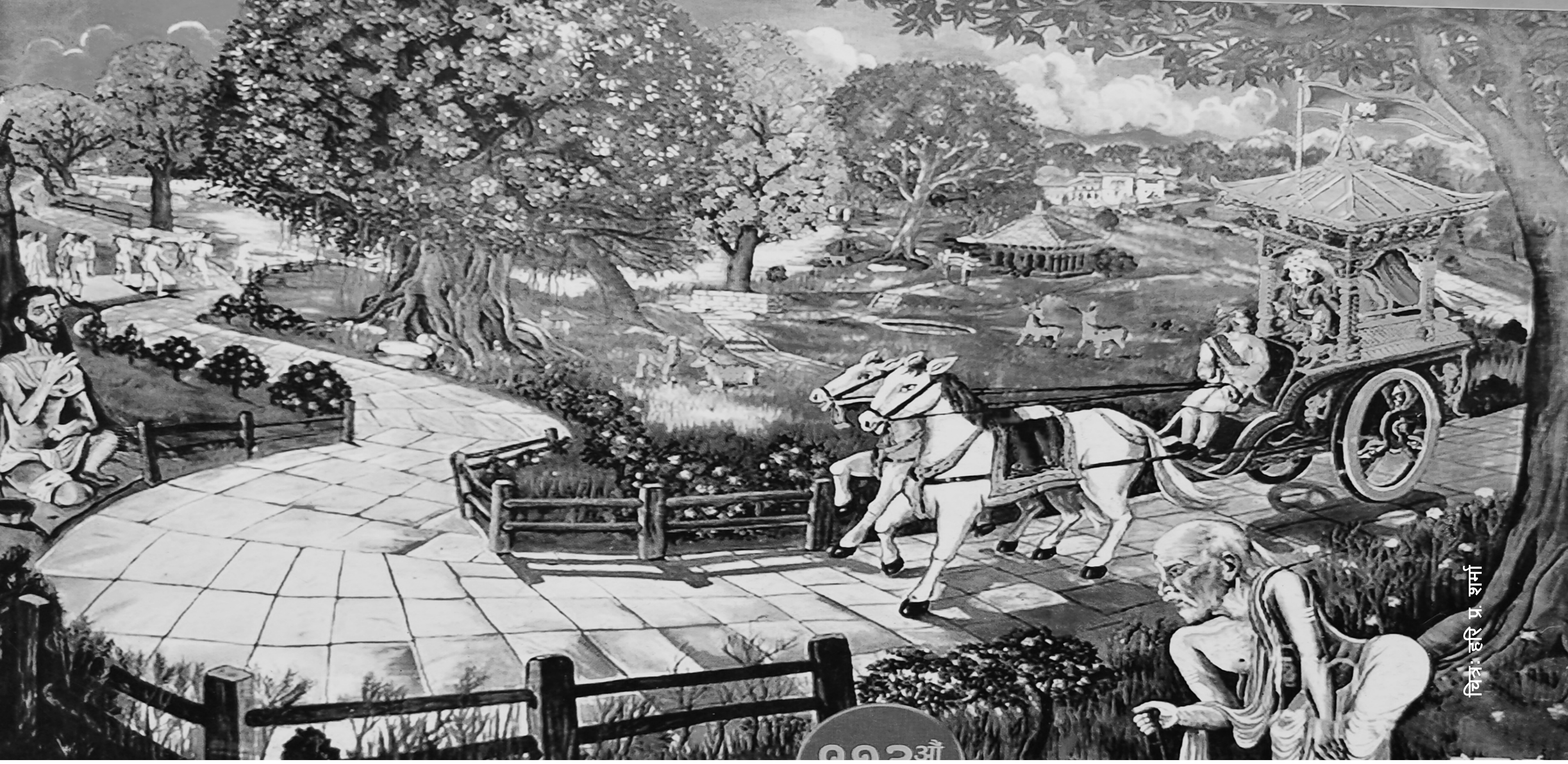
रामशरण अर्याल

नेपालको कपिलवस्तु जिल्लामा राजा सुद्धोधनकी रानी महामाया देवीको पुत्रको रूपमा आजभन्दा २५७० वर्ष पूर्व वैशाख पूर्णिमाका दिन लुम्बिनीको सालवनमा सिद्धार्थ गौतमको जन्म भयो । बत्तीस लक्षणले युक्त सिद्धार्थ बालक अति सुन्दर हुनुहुन्थ्यो । उहाँ जन्मने बित्तिकै उभिएर सात पाइला हिँड्नु भएको र उहाँले पाइला टेकेका ठाउँमा कमलको फूल उम्रेको थियो भन्ने भनाइ छ । बालक सिद्धार्थ जन्मेको सातौं दिनमा आमा महामायादेवीले छोडेको र आमाकी बहिनी प्रजापति गौतमीले हुर्काउनु भएको थियो । राजा सुद्धोधनले सिद्धार्थलाई अति विलासी र भौतिक सुख सुविधा दिनुभएको थियो । तर बौद्ध साहित्यमा वर्णन गरिएअनुसार उहाँ सानै उमेरदेखि विरक्त रहने र यस विरक्तिको कारणले पिता सुद्धोधनले उहाँको चाँडै विवाह गरिदिएको उल्लेख छ । राजा सुद्धोधनले सिद्धार्थको १६ वर्षको उमेरमै अति सुन्दरी यशोधरासँग विवाह गराइदिनु भयो ।

बौद्ध साहित्यहरूमा दिएको विवरणअनुसार बालक सिद्धार्थ समयसमयमा नगरयात्रामा निस्कनुहुन्थ्यो । नगरयात्रामा उहाँले वृद्ध, रोगी, मृतक र संन्यासीलाई देख्नुभयो । जसले गर्दा उहाँमा अझ विरक्तिको भाव बढ्यो । उहाँले ज्ञानको खोजीमा घर छोडेर जाने निश्चय गर्नुभयो । यसैताका उहाँलाई पुत्र प्राप्तिको सूचना दिइयो । यो सूचना सुन्दा उहाँको मुखबाट 'राहु' शब्द निस्कियो । र, यसै शब्दबाट छोराको नाम पनि राहुल हुन गयो । २९ वर्षको उमेरमा आफ्नो पत्नी र छोरालाई सुतेको अवस्थामा छोडेर सिद्धार्थ गौतमले गृहत्याग गरेको घटनालाई बौद्ध साहित्यमा 'महाविनिष्क्रमण' भनिन्छ ।

आफ्नो कन्थक घोडा र सारथी छन्दकलाई लिएर राति दरबारबाट हिँडेपछि धेरै टाढा पुगेर उहाँले आफ्नो कपाल खौरेर लुगा र आभूषणहरू त्यागेर गेरूवा वस्त्र धारण गरी ज्ञानको खोजमा हिँड्नुभएको थियो । यसरी हिँड्दा सिद्धार्थ गौतम सबैभन्दा पहिले करिब ३०० शिष्य भएको आधार कालम नामक तपस्वीको आश्रममा पुग्नुभएको थियो । त्यहाँ उहाँले खोजेजस्तो ज्ञान मिलेन । त्यसपछि उहाँ करिव ७०० शिष्य भएको उद्रक रामपुत्त नामक ज्ञानी भएको ठाउँमा पुग्नुभयो र त्यहाँ रहेर योग सिक्नुभयो तर त्यहाँ पनि उहाँको मन अढेन । त्यसपछि मगरको उरूबेला भन्ने ठाउँमा पुग्नुभयो । त्यहाँ निरञ्जना नदीको किनारमा एउटा रूखमुनी उहाँले ६ वर्षसम्म कठोर तपस्या गर्नुभयो । मन्जिम निकाय र ललित विस्तार नामक ग्रन्थमा यस तपस्याको चर्चा छ । राहुल महोदयले बुद्धको तपस्यालाई योग र अनसनको भिष्म तपस्या मान्नुभएको छ । Raul sankrityan, Daryhan Digdarshan (varasasin Mahavoadhi society १९६२ उ. ५०१)

जातक कथाहरू अनुसार ६ वर्षको तपस्याले पनि सही ज्ञान प्राप्त नभएपछि उहाँले तपलाई त्याग गरेर सुजाता नामक एक निम्न जातकी स्त्रीले दिएको भोजन (दूध वा खिर) ग्रहण गर्नुभयो । तप छोड्दा सिद्धार्थको उमेर ३५ वर्षको थियो । तप छोडेपछि उहाँ गया पुग्नुभयो । गयामा एउटा बटवृक्ष (पिपल)को बोटमुनि बसेर लगातार सात दिन र सात रातसम्म उहाँ समाधिष्ट हुनुभयो । आठौं दिन वैशाख पूर्णिमाको दिनमा नै सिद्धार्थले सत्य र ज्ञानरूपी बुद्धत्व प्राप्त गर्नुभयो । त्यसपछि उहाँ बुद्धको रूपमा परिचित हुनुभयो र संसारमा समानता, दया र अहिंसाको अमूल्य विचार प्रचार गर्न थाल्नुभयो । बुद्धको त्यो ज्ञान प्राप्तिलाई सम्बोधी प्राप्ति भनिन्छ । वैशाख पूर्णिमाको दिन उहाँकी संगिनी यशोधराको पनि जन्म भएको हो । आफैमा पनि यो आश्चर्यजनक संयोग हो र



चित्र: हरि प्र. शर्मा

इतिहासमा अरू कुनै यस्तो संयोग भेटिँदैन ।

बोधि वृक्ष मुनि बसेर तप गरेबाट यस वृक्षको महत्त्व बुझ्न सकिन्छ । यसले संसारको वास्तविक स्वभावलाई जस्ताको तस्तै जानिराखेको हुन्छ साथै अरू प्राणीहरूको वास्तविक कल्याण पनि अनायासै गरिराखेको हुन्छ । हामी सबै प्राणीहरूमा पनि त्यसरी नै बोधिको अवस्थामा पुग्ने बीज हुन्छ । त्यसैलाई सुगत गर्भ तथा तथागत गर्भ पनि भनिन्छ । त्यही भएर बुद्धलाई सुगत 'सु' उत्तम 'गत' ज्ञान गरेको र तथागत 'तथा' त्यसरी 'गत' गएको पनि भनिन्छ । (नारायण प्रसाद रिजाल बौद्ध दर्शन, पृष्ठ ४)

बुद्ध धर्मका अनुसार उहाँभन्दा अघि छ जना बुद्ध भइसकेका थिए । ती विपश्वी बुद्ध, सिखी बुद्ध, विश्वमु बुद्ध, ऋकुछन्द बुद्ध, कनकमुनि बुद्ध र काश्य बुद्ध हुन् । जसरी यी पहिलेका बुद्धहरूले आफ्नो र अरूको उत्तम हित गरेर गए त्यसरी नै उहाँले पनि हित गरेर जानुभयो । अतः तथागत हुनुभयो ।

जीवनको अन्तिम समयमा धर्म प्रचारको क्रममा बुद्ध वैशाली पुग्नुभएको थियो । वैशालीको बेलुवा ग्राममा उहाँ अस्वस्थ हुनुभयो र त्यहाँ उहाँले तीन दिनपछि आफूले निर्वाण प्राप्त गरेको कुरा घोषणा गर्नुभयो । त्यसपछि बुद्ध यात्राको क्रममा बाबा भन्ने स्थानमा पुग्नुभयो । त्यहाँ बुद्धले चुन्दकम्मारपुत्तले दिएको खाना ग्रहण गर्नुभयो । त्यसमा सुकरमद्दब (सुङ्गुरको मासु अथवा कुकुरडाइना मानिने बिरूवाको मुन्टा) पनि सम्मिलित थियो । त्यो भोजनपछि बुद्धलाई रगतमासी पर्‍यो । तैपनि उहाँ कुशीनगरतर्फ प्रस्थान गर्नुभयो, कुशीनगर आइपुगेपछि सालको वनमा आनन्द र अन्य भिक्षुलाई अन्तिम उपदेश दिएर ८० वर्षको उमेरमा महापरिनिर्वाण प्राप्त गर्नुभयो । आनन्दको रेखदेखमा बुद्धको अन्तिम संस्कार सम्पन्न भयो ।

जीवनको गहन अवलोकन तथा विश्लेषणले नै उहाँलाई सिद्धार्थबाट बुद्ध बनायो । ज्ञान प्राप्तिपछि बुद्धले चार आर्य सत्यको उद्घोष गरे–

१. जीवन दुःख हो । २. दुःखको कारण छ । ३. दुःख निवारणका उपायहरू छन् र ४. दुःख मुक्तिको स्थिति छ । यिनीहरूलाई सत्य मात्र नभनेर आर्य सत्य भनिन्छ । आर्य भनेको त्यस्तो व्यक्ति हो जसले यी शक्तिलाई यथार्थ रूपमा जान्न सक्छ । अर्को भाषामा भन्दा सत्यको दर्शन गरिसकेका व्यक्तिलाई आर्य भनिन्छ ।

बुद्धले चार आर्य सत्यको व्याख्या गरेअनुसार जीवनमा दुःख, रोग, जरजरता बुढ्यौली, मृत्यु, इन्द्रिय सुखको खोज सबैमा दुःख छ । अतः दुःखको कारण थाहा पाउनु पर्दछ र त्यसबाट छुटकारा प्राप्त गर्नुपर्दछ । जन्म–मरणको चक्रले दुःख बढिरहेको छ । बुद्धले दुःखको कारण तृष्णा हो भनेर बताएका छन् । तृष्णाको विनाशमै दुःखको नाश हुन्छ । तथा तृष्णामा लिप्त हुने जीवन निकृष्ट हो । स्वहितको संकीर्ण सीमाबाट माथि उठ्न सकियो भने मात्र मुक्ति मिल्दछ । त्यस अतिरिक्त शरीरलाई अनेकौं कष्ट दिएर निष्काम कर्म गर्ने जीवन पनि निन्दनीय हो ।

बुद्धले वनमा गरेका तपस्याहरू यशोधाराले दरबारमै गरिन् । जब यशोधराले सुनिन् कि बुद्ध एक छाक खान्छन्, भुइमा सुत्छन् र साधारण चीवर लगाउँछन् उनले पनि दरबारमा बसी सोही अनुसरण गरिन् ।

बुद्धत्व प्राप्त भएपछि जब बुद्ध कपिलवस्तु आउनुभएको थियो, बुद्धलाई दर्शन गर्न सबै आए तर यशोधरा आइनन् । बुद्ध नै सारी पुत्रलाई लिएर यशोधरालाई भेट्न जानुभयो । त्यहाँ यशोधराले बुद्धको पाउ स्पर्श गरिसकेपछि एक गहन प्रश्न गरिन्- 'जुन सत्य तपाईंले निरन्जना नदीको तटमा बोधिवृक्ष मुनि प्राप्त गर्नुभयो । के त्यो सत्य यहाँ छैन ? त्यसको बोध यहाँ हुन सक्दैन ?' बुद्ध निरूत्तर हुनुभयो । यस प्रश्नले यशोधराको समक्ष र प्रज्ञाको गहिराई देखाउँदछ । (स्वामी आनन्द अरूण सन्तदर्शन पेज २९)

सत्य त यी दुवैमा सन्तुलन ल्याउनुमा छ । वाणी संकल्प, दृष्टि, कर्म जीविका, श्रम चिन्तन र ज्ञानको शुद्धता नै सबैभन्दा ठूलो जप हो । त्यसो हुने प्रयासले जीवन सफल र सुखद बन्न सक्छ । बुद्धले तृष्णाको कारण अविद्या ठहराएका छन् । यससँग सम्बन्धित सिद्धान्तलाई प्रतित्य समुत्पादकको सिद्धान्त भनिन्छ । यसलाई बुद्धको सम्पूर्ण दर्शनको आधार मानिन्छ । बुद्धले आफैं के भनेका छन् भने जसले प्रतित्यसुत्पादलाई बुझ्दछ त्यसले बौद्ध दर्शनलाई बुझ्दछ । जसले बौद्ध धर्मलाई बुझ्दछ त्यसले प्रतित्यसुत्पादलाई पनि बुझ्दछ ।

बुद्ध दर्शनमा आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग अति महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । यो दर्शन हरेक मानवमा हुनु नै दुःखबाट मुक्त हुन सक्ने सत्यमार्ग हो ।

आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग

१. सम्यक वचन (Right speech)
२.सम्यक कर्मान्त (Right Action)
३. सम्यक आजीविका (Right Livelihood)
४. सम्यक व्यायम (Right Action)
५. सम्यक स्मृति (Right Mindfulnesh)
६. सम्यक संकल्प (Right Thought)
७. सम्यक दृष्टि (Right Understanding)
८. सम्यक समाधी (Right Concenfration)

बुद्धले बुझ्नुभयो, अनुभव गर्नुभयो, त्यो कसैको अनुकरणबाट अनुभव गर्नुभएन स्वयंको साधनाबाट बुझ्नुभयो, अनुभव गर्नुभयो । उहाँको सम्पूर्ण शिक्षामा स्वयंको साधना स्वयंको दर्शन र अनुभूतिमा नै सर्वोपरि महत्त्व प्रदान गरिएको छ । धम्म पद अन्तर्गत मग्गबञ्ज अर्थात् मार्गबग्ग भनिने एउटा अध्याय छ । त्यसमा भगवान् बुद्ध भन्नुहुन्छ, मार्गमध्ये आर्य अष्टाङ्गिक मार्ग श्रेष्ठ छ । शुभदृष्टि, शुभचिन्तन र शुभ व्यवहारमा संलग्न बन्ने प्रेरणा यस शिक्षाबाट प्राप्त हुन्छ । आफूलाई अधिकतम सर्वश्रेष्ठ अवस्थासम्म विकसित पार्दाखेरि हुनसक्ने सर्वोच्च अवस्था भनेको बुद्धता हो । बुद्ध धर्म सांसारिक वस्तुहरूको क्षणभङ्गुरता, मनुष्य मात्रको समानता, मध्यमार्गी व्यवहार, शून्यताको सिद्धान्त र चार आर्य सत्यमा आधारित छ । दुःख मुक्ति र निर्वाण प्राप्तिका लागि बुद्धद्वारा प्रतिपादित सम्यक जीवनका अष्टाङ्गिक मार्गहरू आज पनि त्यत्तिकै सान्दर्भिक छन् ।

बुद्धले देख्नुभयो कि मिलनमा बिछोड छ र जीवनमा मृत्यु छ । सबै जय पराजयमा सबै सफलता असफलतामा परिणत हुन्छन् । यसै कारणले उहाँले जीवनलाई दुःख भन्नुभयो । तृष्णालाई यसको कारण मान्नुभयो । बुद्धले दुःखद्वारा मुक्तिको उपाय समेत जीवनमा देख्नुभयो, अष्टाङ्गिक मार्गमा देख्नुभयो । त्यसैलाई शिवपुरी बाबाले राइट लाइफ (Right Life), कृष्णमूर्तिले च्वाइसलेस अवेरनेस (Choiceless Awareness) तथा ओशोले होस् पूर्ण जीवन भन्नुभयो । दुःखबाट मुक्तिको अवस्थालाई बुद्धले निर्वाण भन्नुभयो । अन्य द्रष्टाहरूले यसलाई समाधि, भगवत साक्षात्कार इत्यादि भनेका छन् । (बोधिसत्व स्वामी आनन्द अरूण सन्तदर्शन, ओशो तपोवन नागार्जुन हिल्स)

बुद्धका अनुसार जो आफ्नै लागि जान्दछ ऊ सच्चा मानिस हो । निजी अनुभवले नै सत्य पत्ता लाग्दछ । उनले जीवात्माहरूले पूर्ण चैतन्य भएर निर्वाण प्राप्त नगरेसम्म बारम्बार धरतीमा जन्म लिएर ८४ को फेरोमा परिरहनुपर्छ भन्दै सबैलाई प्रशिक्षित गर्दै हिँडे ।

समयक्रमसँगै बुद्ध धर्म महायान र हिनयानमा विभाजन भयो । हिनयानका अनुयायीहरूले आफूलाई थेरावादी पुकार्न थाले । थेरावादीहरू बुद्धलाई महात्मा मान्दछन् । तर महायानीहरू बुद्धलाई मोक्षदाता मान्दछन् । थेरावादमा कर्मकाण्डको कुनै स्थान छैन तर महायानमा

त्यसको थोरै अंश छ, त्यसमा महायानलाई ठूलो सफलता मिल्यो । महायानबाट प्रभावित भएर सम्राट अशोकले धर्म परिवर्तन गरे । सम्राट अशोकले ईसापूर्व २४९ मा हितबुद्ध जातेति लुमिनी गामे भनी ब्राह्मी लिपिमा पाली भाषामा अशोक स्तम्भमा लेखेका थिए । त्यसैका आधारमा गौतम बुद्धको जन्मसम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धान र उत्खनन गरी प्रमाणित गर्ने कार्य सहज भएको छ ।

बुद्ध धर्मलाई वैज्ञानिक मानिन्छ । प्रत्यक्ष अनुभवबाट प्राप्त ज्ञान नै सत्य हो भन्ने उनको भनाइ थियो । बुद्ध धर्ममा व्यावहारिकतालाई जोड दिइन्छ । उनी सत्यलाई सत्य, असत्यलाई असत्य ठहराउनुपर्छ भन्ने पक्षमा थिए । उनले आफूद्वारा आफै प्रकाशमान हौ, अरूबाट सुने सुनाएको कुरामा विश्वास नगर भने । उनी लोकमा चलेको अन्धविश्वासमा होइन, ज्ञानमा विश्वास गर्थे । त्यसैले उनी मानिसलाई अन्धविश्वास, आडम्बर, रूढीवादी संस्कारलाई त्यागेर ज्ञानको शरणमा जान, धर्मको शरणमा जान र संघको शरणमा जान उपदेश दिन्थे । बुद्धम शरणम गच्छ, धम्मम शरणम गच्छ, संगम सरणम गच्छ भन्ने गर्दथे ।

बुद्धले जातीय एकाधिकारवादको अन्त्य गरे । उच, निच र छुवाछुत प्रथाको उन्मुलन गरे । शोषित पीडित र उपेक्षित असंख्य मानिसहरूको उद्धार गरे । बुद्ध धर्मले सबै बराबर हुन् भन्ने समानताको सिद्धान्तको सूत्रपात गर्‍यो । त्यो मानव समाजको लागि ठूलो क्रान्ति थियो । त्यो क्रान्तिको उद्घोषक बुद्ध हुनुभयो ।

बुद्धले सिकाएको हितकारी मार्गलाई सबै दृष्टिकोणबाट बुझ्ने र आफू पनि त्यस्तै बुद्ध बन्ने अभ्यास गर्ने व्यक्तिहरू नै बोधिसत्वहरू हुन् र उनीहरूले आफ्नो जीवनचर्यालाई केवल त्यही वास्तविक हितका निमित्त समर्पित गरिरहेका हुन्छन् । कसैको वास्तविक हित तब मात्र हुन्छ जब ऊ कहिल्यै पनि दुःख भोग्नु नपर्ने गरी उम्केर महासुखको अवस्थामा स्थायी रूपमा आइपुग्छ । त्यस्तो अवस्था भनेको बुद्धताको अवस्था हो । बुद्धले वेदको उपहास गरे, कर्मकाण्डको विरोध गरे भने मूर्ति पूजाको आलोचना गरे । हिन्दु धर्मावलम्बीहरूको कुलमा जन्मेर हिन्दु धर्मको आलोचना गर्दै हिँडे तर उनको मृत्युपछि उनका अनुयायीहरूले उनैको मूर्तिमा पूजा गरे र स्थापित हिन्दुका मठ मन्दिरमा गई देवताका मूर्तिमा पूजा गरे र कर्मकाण्ड गर्ने परम्परालाई कायमै राखे । हालसम्म पनि बौद्ध मार्गीहरू देवपूजा र पितृकार्य गर्ने गराउने गर्दछन् ।

वैदिक धर्म र बौद्ध धर्म नेपालमा मूलधर्म हुन् । यिनैको समष्टि योगदानबाट नेपालको संस्कृति निर्माण भएको छ । आज हिन्दु जगत्को लागि गीता महत्त्वपूर्ण ग्रन्थ हो भने बौद्ध जगत्को लागि धम्मपथ गाथा त्यत्तिकै महत्त्वपूर्ण भएको छ । शिव र बुद्ध, विष्णु र बुद्ध हाम्रो देशमा एक अर्काका पूरक रहेका छन् । हामी एउटै योगी मच्छेन्द्रनाथलाई वैदिक सनातन धर्म पक्षबाट विरञ्जित नारायणका रूपमा पूजा गर्दछौं र बौद्ध धर्म पक्षबाट आर्यवलोकितेश्वरका रूपमा आराधना गर्दछौँ । यो नेपालको मौलिकता हो जो अन्त कहीँ पाइँदैन ।

सिद्धार्थ गौतमको जन्म भएको, उनले बुद्धत्व प्राप्त गरेको र मृत्युवरण महापरिनिर्वाण प्राप्त गरेको वैशाख शुक्ल पूर्णिमा एकै दिन परेको हो । यसैले यस दिनलाई बुद्ध जयन्तीको रूपमा मनाइन्छ । उनैले प्रचार गरेको धर्म नै बौद्ध धर्मको रूपमा स्थापित छ । विश्वभर छरिएर रहेका बौद्धमार्गीहरूको लागि यो महत्त्वपूर्ण दिन हो भने उनको जन्मभूमि नेपालका लागि त झन् यो दिन विशेष महत्त्वको दिन हो । यसलाई राष्ट्रिय पर्वका रूपमा मनाउँदै नेपाल सरकारले यो दिन सार्वजनिक विदा समेत दिने गरेको छ ।❖

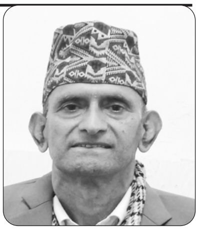
–बत्तीसपुतली, काठमाडौँ

हार्दिक शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को पावन अवसरमा हाम्रा
ग्राहक लगायत समस्त नेपाली दाजुभाइ
दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति एवम्
ऐश्वर्यको कामना सहित हार्दिक
शुभकामना अर्पण गर्दछौं ।

उपेन्द्र प्रधान
त्रिवेणी भोजनालय
क्षेत्रपाटी काठमाडौं

बुद्ध र ध्यान



-गोपालकुमार मैनाली

ईशापूर्व छैटौँ शताब्दीमा गौतम बुद्धको जन्म राजदरबारमा भएको थियो । राज परम्परा अनुसार जन्म संस्कार सम्पन्न गरेपछि राज ज्योतिषिलाई बुद्धको जन्म पत्रिका बनाउन लगाइयो । जन्मकुण्डली बनाइसकेर ज्योतिषिहरूले भने- 'यी बालक युवा अवस्थामा पुगेर दुःखका बारेमा जान्न थाले भने ठूलो संन्यासी हुनेछन् ।'

उनको जन्म कुण्डलीको विश्लेषण गरेपछि ज्योतिषीहरू एउटा निष्कर्षमा पुगिसकेका थिए कि दुःखको जानकारीबाट नै यो बालकले जीवन मुक्ति पाउँछ । यो बालक मानव मुक्तिको द्वार खुल्न आएको हो । यसै अवसरमा ज्योतिषीहरूले बुद्धका बुवालाई छोरा संन्यासबाट बच्ने उपाय पनि सुझाएका थिए ।

उनीहरूले भने- 'यो बालकलाई दुःखको अनुभूति हुन नदिनु ।' यो बालकले दुःख भोग्नु, देख्नु नपरोस् । दुःख भन्ने कुरा यो बालकले दर्शन गर्नु नपरोस् । कुनै पनि हालतमा यो बालकलाई दुःखबाट टाढै राख्नु । कुनै पनि प्रकारका बिरामीहरू यिनका छेउमा आउन नदिनु । कुरूप अनुहार भएका व्यक्तिहरू छेउमा आउन नदिनु । ज्योतिषकै सल्लाह अनुसार राजदरबारको बगैँचामा कुनै पनि फूल ओइलाएको अवस्थामा नराख्न आदेश दिइयो । सुकेका अथवा झरेका पातहरू उज्यालो हुनु पूर्व नै हटाइने आदेश दिइयो । सदैव फक्रेका फूल र हराभरा बोटबिरूवा मात्रै उनका आँखाले देख्ने अवसर र व्यवस्था गरियो । मानिस पनि जवान, हट्टाकट्टा ,वयस्क र सुन्दर मात्रै उनका नजरमा पर्ने व्यवस्था गरियो ।

बच्चा, बुढाबुढी, रोगी कोही पनि बुद्धले देख्नेभन्दा बाहिरै राखिएको थियो । मान्छे बुढो हुन्छ, मर्छ भन्ने कुराको कुनै आभास नदिन तमाम व्यवस्था राजदरबार भित्र मिलाइयो । यदि यस्ता कुराको छनक मात्र बुद्धले पाए भने बुद्धको चेतनालाई दरबारका कुनै पनि पर्खालले रोक्न नसक्ने थियो ।

बुद्धलाई मनोरञ्जन, नृत्य, नाटक देखाउने हेतुले देशभरका सुन्दर युवतीहरूलाई दरबारमा बोलाइयो। नृत्यको आयोजना भयो । सुन्दर चेहरा जिउडाल, हावभावका साथ एक भन्दा एक युवतीहरूले नृत्य प्रस्तुत गरे । मध्यरातसम्म दरवारमा कार्यक्रम चल्यो ।

बुद्धलाई निद्रा लाग्यो । बसेकै ठाउँमा बुद्ध निदाउन पुगे । थकित अवस्थाका नृत्याङ्गनाहरू पनि त्यही भूमिमा यत्रतत्र सुते । पहिलो निद्राको झप्की पूरा भएपछि बुद्धका आँखा खुले । बुद्धले नृत्य हलमा चारैतिर आफ्ना आँखा घुमाए । सुन्दर युवतीहरू यत्र तत्र बेहाल अवस्थामा लडेका थिए । कसैका मुखबाट घुर्ने आवाज आइरहेको थियो । कसैका मुखमा राल सिँगान थियो । सिँगार पुछिएर छरपष्ट लतपतिएको थियो । त्यो अवस्था देखेर ती नाच्दा सुन्दर देखिएका युवतीहरू बुद्धको आँखामा कुरूप देखिन थाले । बुद्धलाई सौन्दर्य भित्र पनि कुरूपताको अवलोकन हुन थाल्यो ।

बुद्धलाई भुलाउन भनेर राजधानीका विभिन्न ठाउँमा यस्ता सुन्दर नृत्यको आयोजना गरिन्थ्यो । अलग अलग स्थानमा अलग अलग अनुभूति होस् र मन अन्यत्र नजाओस् भन्ने उनका पिताको आशय थियो । यसै प्रयोजनका लागि महोत्सवमा भाग लिन बुद्धलाई रथमा राखेर राजधानी बाहिर लगिन्थ्यो । बाटामा लौरो टेकेर जाँदै गरेको वृद्धलाई देखाएर बुद्धले सारथीलाई सोधे- 'यो मान्छेलाई के भयो ? किन लौरो टेकेर हिँड्दैछ ? बुढो भएर हो कि बिरामी भएर हो के हो ?' बुद्धको प्रश्नको सिधा उत्तर नदिएर सारथीले कुरा अन्यत्र घुमाए । बुद्धले भने - 'त्यस्तो सबैलाई हुन्छ सारथी ? तिमीले पनि त्यस्तो जीवन भोग्नुपर्छ ।' बुद्धको यो कुरा सुनेर सारथी छक्क परे । बुद्धका बुवाले मनाही गरेका कुरा आज फुत्कियो । सारथी मनमनै ज्यादै डराए । सोही समयमा रथका पछिपछि लास बोकेर मलामीहरू घाटतर्फ जाँदै थिए । बुद्धले सारथीलाई सोधे- 'यो के गरेको ?' सारथीले फेरि झुटो बोल्न खोजेका थिए तर सकेनन् । मुखबाट सत्य कुरा निस्कियो । हामी सबैले यस्तै हुनुपर्छ ? तपाईं पनि ? सबैले एकदिन अवश्य मर्नुपर्छ । सारथीको यो कुरा सुनेर बुद्धले भने- 'सारथी रथ

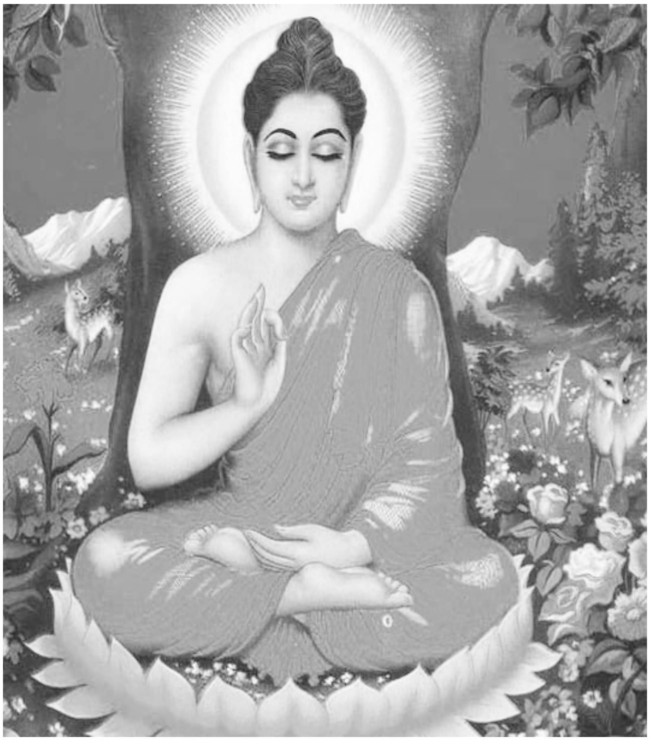
दरबारतिरै फर्काऊ । अब भव्य महोत्सवमा नृत्य हेर्न जाने कुनै आवश्यकता परेन । जब सबैको मृत्यु हुन्छ । मेरो पनि मृत्यु छ ।' बुद्धले भने– 'म पनि मरौँ । अब म त्यस्तो जीवन खोज्छु; जसले कहिल्यै मृत्यु नहोस् ।' बुद्ध दरबार फर्किए र सोही रात दरबार छाडेर भाग्ने योजना बनाए ।

बुद्ध दरबारबाट बाहिर निस्कँदा साथ दिने उही सारथी थिए । उनैले राज्यको सीमा कटाउने जिम्मेवारी पाएका थिए । रथबाट ओर्लिएपछि बुद्धले आफूले लगाएका लुगाहरू, वस्त्रहरू सारथीलाई दिए । हिरा मोती जडित माला, कुण्डल, औँठी सारा आभूषण दिँदै भने "यो मेरा तर्फबाट तिमीलाई भेट हो ।' तिम्रा सारा बस्त्र मलाई देऊ । सारथीका वस्त्र धारण गरेर बुद्ध ज्ञानको खोजीमा निस्किए ।

दरबार आगोको ज्वाला हो । सुन्दर शरीरभित्र कुरूप कंकाल छ । सुन्दर फूलभित्र अन्धकार छ । अन्धकारमा डुबेको मान्छेले उज्यालोको खोजी गर्नुपर्छ । बुद्धको ज्ञानको खोजीको त्यहीँबाट सुरू भयो ।

बुद्धले दरबार छाडेर हिँडेपछि तत्कालीन समयका अनेक सन्त, महन्त, महात्मासँग आश्रममा बसेर ज्ञान लिए । उक्त समयमा प्रचलित अनेक प्रकारका योग साधनाहरूको अभ्यास गरे । तर कुनैबाट पनि बुद्धलाई सन्तुष्ट भएन । उनी स्वयंले अत्यन्तै सरल एवम् सुविधाजनक ध्यान पद्धतिको खोज गरे । फलस्वरूप उनलाई सफलता पनि प्राप्त भयो । यो ध्यान विधिलाई आनापाना सती तथा विपश्यना योग साधना भनियो ।

विपश्यना साधना एक सार्वजनिक, सर्वकालिक र सार्वभौम साधना हो । जोसुकैले, जहिलेसुकै, जहाँसुकै होस् यो ध्यानको साधना गर्न सक्छन् र फाइदा लिन सक्छन् । विपश्यना साधनाको मुख्य लक्ष्य चित्तको शुद्धिकरण गर्नु हो । यसका माध्यमले साधकले आफूभित्र संग्रहित राग, द्वेष, भय, मोह, लोभ, आसक्ति इत्यादि विकारहरूबाट मुक्ति प्राप्त गर्न सक्छ । मानिसलाई लाग्ने ८० देखि ९० प्रतिशत रोगहरू मनोकायिक अर्थात् मनोवैज्ञानिक हुन्छन् । त्यस्ता जीवनमा आइपर्ने तनावहरू र मानसिक बन्धनबाट यो साधनाले मुक्ति दिन्छ । जीवनमा आइपर्ने समस्याहरूप्रति जागरूक भई तिनको सफलतापूर्वक समाधान खोज्नुमा सफलता हुन्छ । अप्रिय परिस्थिति उत्पन्न भएमा पनि अविचलित भएर तिनको उपयुक्त समाधान खोज्ने क्षमता प्रबल भएर आउँछ । विपश्यना साधनाबाट निर्वाणको अवस्था जीवनकालमा नै हासिल गर्न सकिन्छ । अहर्त अवस्था नै निर्वाणको ध्योतक हो ।



विपश्यना पाली भाषाको शब्द हो । जसको सन्धि विच्छेद हुन्छ बी + पस्सना । 'बी' को अर्थ हो सूक्ष्मतापूर्वक, वास्तवमा, पूर्णतया, सकारात्मक आदि र पस्सनाको अर्थ हो हेर्नु, बुझ्नु, परीक्षण, निरीक्षण गर्नु, सोध गर्नु, विश्लेषण गर्नु, निष्कर्ष निकाल्नु आदि आदि । स्थूलताले सधैँ भ्रम पैदा गर्छ । वास्तविकता देखाउँदैन । स्थूलताको विभाजन र विश्लेषणले त्यसको वास्तविकता बुझ्न थालिन्छ । कुनै पनि वस्तु स्थितिलाई विपश्यनाको दृष्टिले हेर्नु विज्ञानको उपज हो ।

होशपूर्ण जीवन बिताउन थाल्ने बित्तिकै व्यक्तिको काया, बाणी तथा चित्तका कर्महरू सुध्रिन थाल्छन् । जसै कर्महरूमा सुधार आउन थाल्छ, त्यसपछि मानव जीवनमा आइपर्ने तनावहरूबाट मुक्ति हुन थाल्छ । र, आफ्नो अन्तस्करणमा शान्तिको अनुभूति हुन थाल्दछ । फलस्वरूप रोगहरू समन हुन थाल्छन् । भित्र जकडिएर रहेका रोग व्यासनहरू बिलय हुन थाल्दछन् । शरीर र मन

सधैँ परिवर्तन भइरहन्छ । बुद्धको यो अद्‌भूत खोज थियो । विपश्यना ध्यान विधि बुद्ध धर्मको अनुपम देन हो । चार सती पठानका ध्यानहरूका मूलमा नै विपश्यना छ । बुद्धले बुद्धि, ज्ञान या बुद्धत्व विपश्यनाबाट मात्रै प्राप्त गर्नु भएको थियो । क्लेसहरूबाट मुक्ति हुने उपाय भनेको चित्तबाट राग र द्वेष जरैदेखि उखेलेर फाल्नु हो ।

रागद्वेश नै दुःखको कारण हो । चित्तमा निर्मल कसरी राख्ने भनी त्यसको व्यावहारिक पक्ष र वास्तविक विधि बुद्धका अतिरिक्त कसैले बताएन । बुद्ध पहिला महामानव थिए । जो स्वयं मुक्त भए र लाखौं करोडौं मानिसलाई विपश्यना सिकाएर उनीहरूलाई रागद्वेषबाट मुक्त गराएर निर्वाण पद पाउन सहायता गरे ।

विपश्यना ध्यान बाहिरी ईश्वर, आत्मा–परमात्माको ध्यान होइन । अपितु आफूभित्र हेरेर स्वयंलाई अनुभूत गर्नु हो । मनलाई वास्तविक रूपमा बुझ्नु हो । मनका विकारहरू हटाउनु, मनलाई परिशुद्ध निर्मल गर्नु केवल विपश्यनाबाट मात्र सम्भव छ । विपश्यना ध्यान विधि वास्तविकता र सत्यमा आधारित छ । विपश्यना ध्यान विधिपूर्णत वैज्ञानिक ध्यान विधि हो । र सबै सम्प्रदायका मानिसहरू यसको अभ्यास गरेर लाभ उठाउन सक्छन् । साधनाको अभ्यासले अनेक मानसिक एवम् शारीरिक रोगहरू ठिक हुन्छन् । मनको एकाग्रता र स्मरण शक्ति बढ्छ । कार्यमा कुशलता वृद्धि हुन्छ । रचनात्मक गुणहरूमा निखार आउँछ । नैतिकता र अनुशासन तथा आत्मविश्वास जस्ता सद्‌गुणहरूमा वृद्धि हुन्छ । लागू पदार्थको बानी परेका मानिसहरूलाई यी कुलतहरूबाट मुक्त हुनमा सहायता मिल्छ । मनोविकार हरूबाट टाढा रहनाले मन निर्मल, शान्त र प्रसन्न हुन्छ । परिवारमा सुख र शान्ति हुन्छ । विपश्यना साधनाद्वारा शील सदाचारको पालना र करूणा, मैत्री, मुदिता र समता जस्ता उच्च मानवीय गुणहरूलाई विकसित गरेर हामी शान्ति र सुखको जीवन बिताउन सक्छौँ । योग्य गुरूको सानिध्यमा रहेर यो सरल ध्यान विधि सिकेर आफूलाई तन, मन, चित्त, बुद्धि, अहंकारबाट शुद्ध राखौं । यही नै बुद्धप्रतिको समर्पण भाव हो ।❖

–भीमसेनगोला, काठमाडौं

(लेखक भावातीत ध्यानका प्रशिक्षक हुन् ।)

ध्यान सिकौं, जीवनको वास्तविक आनन्द प्राप्त गरौं !

- ❖ ध्यान व्यापार होइन ।
- ❖ ध्यान शुभ जागरण हो ।
- ❖ आफूभित्रको ऊर्जा सदुपयोगको ज्ञान हो ।
- ❖ जीवन उपयोगी परिणामको सूत्र हो ।
- ❖ समस्त सम्भावनाको ढोका खोल्ने चाबी हो ।
- ❖ वैज्ञानिक ध्यान विधि भावातीत ध्यान TM सिकेर अद्‌भूत लाभ लिनुहोस् ।

विगत २५ वर्षको शिक्षण अनुभव प्राप्त प्रशिक्षकको सान्निध्यमा चार दिनमा पूरा कोर्ष सिकेर जीवनभर ध्यान गर्नुहोस् ।

गोपालकुमार मैनाली
९८४१२५३३३३
WhatsApp: ९८४१२५३३३३
Email: kumarmainaligopal@gmail.com

हार्दिक शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को पावन अवसरमा
देश विदेशमा रहनुहुने सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ,
दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति एवम् ऐश्वर्यको
कामना सहित हार्दिक शुभकामना अर्पण गर्दछु ।

वरिष्ठ समाजसेवी हंशनारायण श्रेष्ठ
उमाकुण्ड, काठमाडौं

अन्न सेवामार्फत मानवताको उज्यालो अभियानः
आरती भोग परिवार

- डा. विनु बाबा अर्याल

परिचय

"अन्नं ब्रह्म"– वैदिक वाङ्मयको यो उद्घोष केवल दार्शनिक कथन मात्र होइन, जीवनको आधारभूत सत्य हो । मानव जीवनको अस्तित्व, स्वास्थ्य र निरन्तरता अन्नमा निर्भर छ । यही कारणले शास्त्रहरूले अन्नलाई पूजनीय मानेका छन्-

अन्नं ब्रह्मेति व्यजानात् । (तैत्तिरीयोपनिषद्)

अर्थात्, अन्न नै ब्रह्म हो भन्ने बुझ्नुपर्छ ।

यही वैदिक भावनालाई आत्मसात् गर्दै समाजमा सेवा र सहकार्यको उदाहरण प्रस्तुत गर्ने उद्देश्यले स्थापना भएको संस्था हो आरती भोग परिवार ।

संस्थाको स्थापना र उद्देश्य

आरती भोग परिवार एक सामाजिक तथा सेवामूलक संस्था हो, जसले शहीद गंगालाल राष्ट्रिय हृदय केन्द्र, काठमाडौंमा उपचारका लागि आउने मुटुरोगी तथा तिनका कुरुवाहरूलाई निःशुल्क भोजन सेवा उपलब्ध गराउँदैआएको छ ।

वि.सं. २०८१ साल मंसिर ३० गते (धान्य पूर्णिमा) देखि प्रारम्भ गरिएको यो अभियानको मुख्य उद्देश्य अस्पतालमा रहेका आर्थिक रूपमा कमजोर तथा टाढा-टाढाबाट आएका बिरामी र कुरुवाहरूको भोजनसम्बन्धी समस्या समाधान गर्नु हो ।

अस्पतालमा उपचारका क्रममा बिरामी र उनका परिवारजनले शारीरिक मात्र होइन, मानसिक र आर्थिक दबाब पनि भोगिरहेका हुन्छन् । यस्तो अवस्थामा दैनिक भोजन जुटाउन नसक्नु थप पीडादायी हुन्छ । यसै अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै आरती भोग परिवारले निःशुल्क भोजन सेवा सञ्चालन गर्दैआएको छ ।

अन्न सेवाः शास्त्रीय आधार र सामाजिक महत्व

वैदिक शास्त्रहरूले अन्नको महत्त्वलाई अत्यन्त उच्च स्थान दिएका छन्-

अन्नाद् भवन्ति भूतानि, अन्नेन जातानि जीवन्ति ।
अन्नं प्रयन्त्यभिसंविशन्ति ॥

अर्थात् सम्पूर्ण प्राणीहरू अन्नबाट उत्पन्न हुन्छन्, अन्नबाटै जीवित रहन्छन् र अन्ततः अन्नमै विलीन हुन्छन् । यसैगरी शास्त्रको स्पष्ट निर्देशन छ–

अन्नं न निन्द्यात्, तद्व्रतम् ।
अन्नं न पर्याक्षीत, तद्व्रतम् ।
अन्नं बहु कुर्वीत, तद्व्रतम् । (तैत्तिरीयोपनिषद्)

अर्थात् अन्नको निन्दा नगर्नु, अन्नलाई खेर नफाल्नु र अन्नको वृद्धि गर्नु नै मानवको कर्तव्य हो ।

आरती भोग परिवारले यही सिद्धान्तलाई व्यवहारमा उतार्दै "अन्न सेवा" लाई आफ्नो मूल साधना बनाएको छ ।

सेवा सञ्चालनको स्वरूप

संस्थाले दैनिक रूपमा अस्पताल परिसरमा निःशुल्क भोजन वितरण गर्दैआएको छ । यहाँ प्रदान गरिने भोजनका मुख्य विशेषताहरू यस प्रकार छन्-

- पूर्ण रूपमा शुद्ध शाकाहारी भोजन
- स्वास्थ्यअनुकूल र पौष्टिक आहार
- सफा र स्वच्छ वातावरणमा तयारी
- प्रसादको भावनासहित वितरण

यो सेवा केवल खाना वितरणमा सीमित छैन; यसले बिरामी र कुरुवाहरूलाई मानसिक सान्त्वना र आत्मीयताको अनुभूति पनि गराउँछ ।

दान, सेवा र मानवता

शास्त्रहरूले दानलाई मानव जीवनको उच्चतम गुणका रूपमा वर्णन गरेका छन्–

दातव्यं इति यद्दानं दीयतेऽनुपकारिणे ।
देशे काले च पात्रे च तद्दानं सात्त्विकं स्मृतम् ॥
(भगवद्गीता १७/२०)

अर्थात् कुनै प्रतिफलको अपेक्षा नगरी, उचित स्थान,

समय र पात्रमा गरिएको दान सात्विक दान हो ।

आरती भोग परिवारको सेवा यही सात्विक दानको उत्कृष्ट उदाहरण हो । यहाँ गरिने सेवा पूर्णतः निःस्वार्थ भावनामा आधारित छ । यसले दिने र लिने दुवै पक्षलाई आत्मिक सन्तुष्टि प्रदान गर्दछ ।

स्वास्थ्य र शाकाहारी भोजन

मुटुरोगीहरूको स्वास्थ्यलाई ध्यानमा राख्दै संस्थाले शाकाहारी भोजनलाई प्राथमिकता दिएको छ । वैज्ञानिक अनुसन्धानहरूले पनि सन्तुलित शाकाहारी आहारले मुटु स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पार्ने पुष्टि गरेका छन् । यसले बिरामीहरूको स्वास्थ्य सुधारमा अप्रत्यक्ष सहयोग पुऱ्याउँछ ।

सहकार्य र सहयोग

यस सेवा कार्यलाई सफल बनाउन अस्पताल प्रशासन, विभिन्न सहयोगी व्यक्तिहरू तथा समाजसेवीहरूको महत्त्वपूर्ण योगदान रहेको छ । भोजन तयारी, वितरण र व्यवस्थापनमा प्राप्त सहयोगले संस्थालाई निरन्तर सेवा विस्तार गर्न सहज बनाएको छ ।

आरती भोग परिवार सबैका लागि खुला संस्था हो । यस अभियानमा जो कोही पनि निम्न तरिकाले सहभागी हुन सक्छन्–

- आर्थिक सहयोग,
- स्वयंसेवकको रूपमा सेवा,
- सामग्री सहयोग,
- जनचेतना फैलाउने कार्य ।

समाजमा सकारात्मक प्रभाव

आरती भोग परिवारले समाजमा सहकार्य, करूणा र परोपकारको भावना प्रवर्द्धन गर्न महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ । अस्पतालजस्तो संवेदनशील स्थानमा गरिएको यो सेवा कार्यले मानवताको सन्देश फैलाउँदै आएको छ ।

शास्त्रले पनि परोपकारलाई जीवनको सार मानेको छ—

परोपकाराय पुण्याय पापाय परपीडनम् ।

अर्थात् परोपकार पुण्य हो र अरूलाई पीडा दिनु पाप हो ।

अन्न केवल शरीर धान्ने साधन मात्र होइन; यो जीवन, करूणा र सहअस्तित्वको प्रतीक हो । आरती भोग परिवारले अन्न सेवामार्फत यही सन्देशलाई व्यवहारमा उतार्दै आएको छ । भविष्यमा यस सेवालाई अझ विस्तार गर्दै बढीभन्दा बढी आवश्यकतामा रहेका मानिसहरूलाई सहयोग पुऱ्याउने लक्ष्य संस्थाले लिएको छ ।

अन्ततः—

अन्नं हि प्राणिनां प्राणः ।

— अन्न नै सम्पूर्ण प्राणीहरूको प्राण हो ।

यस सत्यलाई आत्मसात् गर्दै आरती भोग परिवार निरन्तर मानव सेवाको मार्गमा अग्रसर छ । हजुरहरू पनि यस पुनित कार्यमा जोडिन सक्नुहुन्छ ।❖

–अध्यक्ष, आरति भोग परिवार, नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं

आरती भोग सेवा

१) १२० जना विरामीहरूका लागि आफ्नो जन्म दिनमा अथवा पितृहरूको पुण्य तिथिमा एकदिनको भोजन सेवा ११०००।- (एघार हजार मात्र)

२) १२० जना विरामीहरूका लागि जन्मदिन अथवा पितृहरूको पुण्य तिथिमा एकदिन खीर सेवा ५१००।- (पाँचहजार एकसय मात्र)

३) आरती भोग परिवारको आजीवन सदस्य सेवा २५०००।- (पच्चीस हजार मात्र)
(आजीवन आफ्नो जन्म दिनमा उपस्थित भएर अन्नदान सेवा)

४) आरती भोग परिवारको अक्षयकोष सेवा १०००००।- (एकलाख मात्र)
(परिवारका सदस्यहरूको जन्म दिनमा स्वयं उपस्थित भई अन्नदान सेवा)

आरती भोग परिवार
का.म.पा.१० बानेश्वर, काठमाडौं
सेवाका लागिः ९८५११२५८६२, ९८५११३०८७४,९८४१३३१५३०

पुनश्चः हामी नगदलाई भन्दा जिन्सी सामानको सहयोगलाई प्राथमिकता दिन हार्दिक आग्रह गर्दछौं ।

धनुषकोटीधाम- एक लघुपरिचय

डा. नारायण निरौला

'नेपाल' यो नाम एक महान् तपस्वी 'ने' मुनिको नामबाट नामाकरण भएको हो । यो ऐतिहासिक पृष्ठभूमिले नेपाल एक तपोभूमि हो भन्ने सिद्ध हुन्छ । संस्कृत वाङ्मयका पुराण तथा इतिहास आदिमा पनि यत्रतत्र नेपाल भूमिको चर्चा पाइन्छ । कोका कौशिकी, वराहक्षेत्र, रामधुनी, रूद्राक्षारण्य गण्डकी देवघाट, त्यसको किनारमा घटित राजा भरतको कथा, वाग्मती, गोकर्ण, जनकपुर, बिराटनगर आदि प्रसिद्ध स्थल हुन् भने किचकवध, अर्जुनधारा, धनुषकोटी र बुढासुब्बा आदि अनेक स्थान महाभारतमा उल्लेखित क्षेत्रअन्तर्गत पर्दछन् । यस्ता विभिन्न तीर्थस्थल मध्ये धनुषकोटी धामको पनि विशेष महिमा छ ।

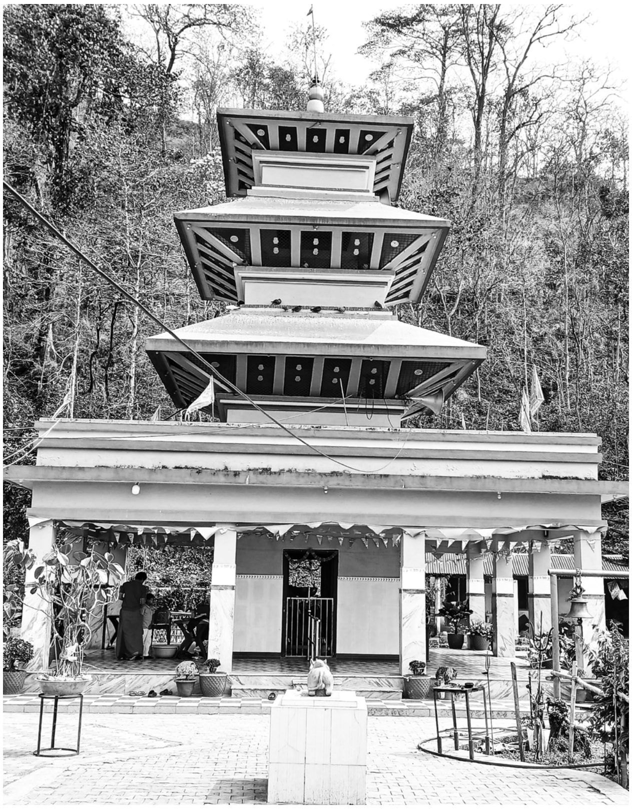
परिचय

धनुषकोटी धाम नेपालको सुदूरपूर्वमा रहेको झापा जिल्लास्थित कन्काई नगरपालिकाको दुई नम्बर वडामा पर्दछ । पूर्व-पश्चिम महेन्द्र राजमार्ग भएर जाँदा सुरूंगाबाट पाँच किलोमिटर उत्तरमा यो स्थान अवस्थित छ । माई नदी तराई प्रवेश गर्नासाथ पूर्वीतटमा रहेको यसै भूमिलाई स्पर्श गरेर अगाडि बढ्दछिन् । पूर्व र उत्तरतर्फ पहाड छन्, दक्षिणतर्फ थोरै क्षेत्रफलमा फैलिएको जङ्गल छ । पश्चिमतर्फ अनवरत रूपमा माई नदी प्रवाहित भइरहेकी छिन् । त्यहाँ झोलुङ्गे पुल पनि रहेको छ ।

महाभारत कालमा यस पर्वत श्रृङ्खलालाई इन्द्रकील पर्वत भनिन्थ्यो भन्ने किम्बदन्ति छ । महाभारतसँग सम्बन्ध जोडिएको मानिने यो स्थानमा अर्जुनले तपस्या गरेर शिवजीलाई प्रसन्न पारी किरात भेषमा श्रीशिवको दर्शन पाई गाण्डिवधनु प्राप्त गरेका थिए । त्यहीँबाट शिवको नाम किरातेश्वर रहन गएको उल्लेख छ ।

किरातेश्वर महादेव मन्दिरको इतिहास

यस धनुषकोटी धाममा मुख्यतया श्रीकिरातेश्वर महादेवको मन्दिर छ जहाँको मुख्य विग्रह स्वयं प्रकट हुन् भन्ने जनविश्वास छ । यहाँ पूजित शिवलिङ्ग नजिकैको विकट पहाडमा घाँसेदाउरेहरूले पत्ता लगाएका हुन् । एक कान दुई कान मैदान हुँदै जाँदा आउने जानेको भीड बढेर त्यहीँ पूजा हुन थालेपछि त्यसको केही वर्षपछि सबैलाई अनुकूल हुनेगरी त्यही पहाडको फेदीमा सानो मन्दिर निर्माण गरी शिवलिङ्ग प्रतिष्थापन गरियो ।

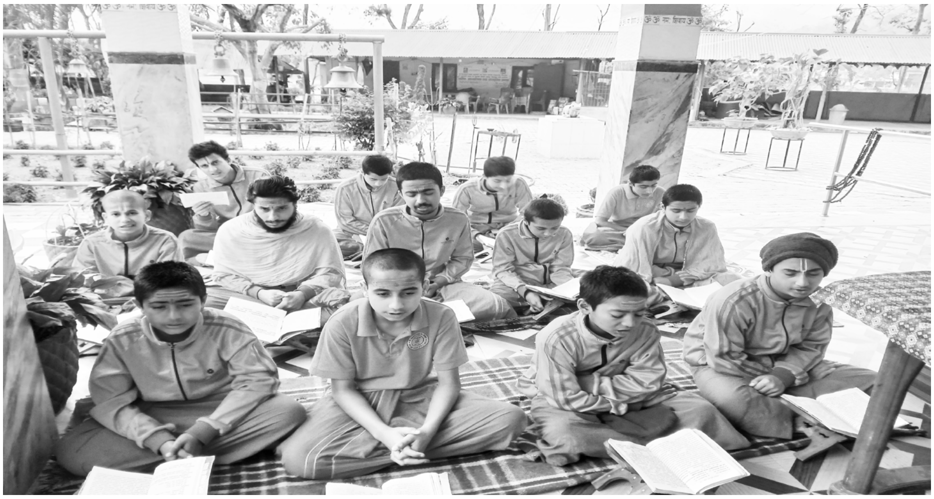


मन्दिरको सञ्चालन करिब दुई दशक अगाडि गठित "श्रीकिरातेश्वर महादेव धनुषकोटीधाम विकास संस्था"ले गरिरहेको छ । यसैको भातृसंस्थाको रूपमा "श्रीधनुषकोटी संस्कृत वेद विद्याश्रम" पनि सञ्चालित छ । यो स्थान अहिले पूर्वी नेपालका किरात समुदाय र हिन्दु भक्तजनहरूको साझा तीर्थस्थलको रूपमा विकसित भएको छ ।

तान्त्रिकहरू यो मन्दिरलाई एक अदृश्य शक्ति भएको शिवधाम मान्छन् । अन्यत्रको भन्दा यहाँको शिवलिङ्गको स्वरूप भिन्न रहेको छ । स्वयं प्रकट शिवलिङ्गको दर्शन भएको केही वर्षपछि यहाँ उदारमना भक्तजनहरूको सहयोगमा विशाल मन्दिर लगायत अन्य मन्दिर निर्माण भएका छन् । मन्दिरको गर्भगृहभित्रै पाञ्चायन देवताको स्थापना गरिएको छ भने बाहिर चार सुरमा श्रीगणेश, श्रीगायत्री, श्रीलक्ष्मीनारायण र श्रीहनुमान मन्दिरको निर्माण गरिएको छ ।

यहाँ गौशाला, श्री सीताराम मन्दिर, श्रीव्यास मन्दिर, नाग मन्दिर, विष्णुपादुका, अखण्ड हवनकुण्डका साथै श्रीधनुषकोटी संस्कृत वेद विद्याश्रम(गुरूकुल) पनि सञ्चालनमा छ । यहाँ किरात तथा बौद्ध समुदायका पूजास्थलहरू पनि रहेका छन् । किराँतहरू अझै पनि समय- समयमा आआफ्ना परम्परा अनुसार पूजाआजा तथा उँधौली उँभौली आदि गर्नका लागि यहाँ आउँछन् । यसरी ॐकार परिवारको साझा साँस्कृतिक थलो र तीर्थस्थलका रुपमा यो स्थान परिचित हुँदैछ ।

यहाँ पूजापाठ, जाप, कालसर्पयोगशान्ति, तीर्थश्राद्ध, त्रिपिण्डीश्राद्ध, विवाह, व्रतबन्ध आदि लगायतका धार्मिक कार्यहरू भइरहन्छन् । भारतको सिक्किम, दार्जिलिङ, जयगाउँ, जलपाइगुडी आदि ठाउँहरूबाट पनि प्रसस्तै श्रद्धालु भक्तजनहरू दर्शन तथा धार्मिक कार्यका लागि आउने गरेका छन् ।



महाभारतमा उल्लेख भए अनुसार, अर्जुनले दिव्य अस्त्र (पाशुपतास्त्र) प्राप्त गर्न हिमालयमा कठोर तपस्या गरेका थिए । शिवले अर्जुनसँग लङ्घन युद्ध (किरातार्जुनीय युद्ध) गर्नुभएको र पछि शिवजी प्रसन्न भई पाशुपतास्त्र दिनुभएको थियो । स्थानीय मान्यता अनुसार यही ठाउँमा अर्जुनले किरातेश्वर महादेवको दर्शन पाएका थिए । मन्दिरमा भगवान् शिवलाई किरातेश्वर (शिकारी) रूपमा नामाकरण गरिएको भए तापनि शिवलिङ्गमा भने त्यसप्रकारको स्वरूप झल्कँदैन । अर्जुनले तपस्याका अवस्थामा पूजा गरको शिवको मूर्ति यही नै हुनसक्ने अनुमान धेरैले गरेको पाइन्छ ।

दैनिक पूजाका क्रममा यहाँ बिहान र बेलुकी शङ्ख घण्टा बजाएर आरती गर्ने चलन छ । शिवलिङ्गमा फूल, धूप, जल, बेलपत्र अर्पण गरिन्छ । स्थानीय पुजारीद्वारा वैदिक मन्त्र उच्चारण गर्दै विधिपूर्वक पूजा हुने गर्दछ । त्यसैगरी महाशिवरात्रिमा भने विशेष पूजा सञ्चालन हुने गर्दछ । त्यस तिथिमा रातभर जागरण बसी भजन-कीर्तन गर्ने चलन छ । भक्तजनले व्रत बस्ने र जल, दूध साथै विशेष गरी माई नदीको जल अर्पण गर्ने परम्परा रहिआएको छ ।

विशेष टिप्पणी

भारतका केही विद्वान्हरूले उत्तराखण्डको केदारनाथदेखि बद्रीनाथसम्मको कुनै पर्वत इन्द्रकिल पर्वत र अर्जुनले तपस्या गरेको क्षेत्र त्यतै कतै हुनसक्ने अनुमान भारवीको किरातार्जुनीयम्मा वर्णन गरेका छन् । उच्च शिखरका आधारमा तिनले व्याख्या गरेको भए तापनि ती सबै कपोतकल्पित मात्र यसकारणले सिद्ध हुन्छन् कि त्यहाँ एउटा पनि घर वा बस्ति किराँत जातिको भेटिँदैन । झुक्किएर एक वा दुई घर मिले पनि तिनको मूल नेपालको पूर्वीभाग नै हुनेछ । नेपालको पूर्वी भागमा अहिले पनि किरातहरूको बाहुल्यता रहेको छ । ठ्याक्कै इन्द्रकील पर्वत कुन हो भनेर किटान गर्न नसकिए तापनि पाँचथर ताप्लेजुङदेखि पश्चिम खोटाङ्गसम्म किरातहरूको बसोबास अझै छ । ती भूभागका दक्षिणी भेग इलाम, धनकुटा, उदयपुरतिर पनि बसोबास पाइन्छ । तराइमा भने

पछिपछि बसाइँसर्दै आएका हुनसक्छन् । यसले के सिद्ध हुन्छ भने भारतको उत्तराखण्ड राज्यमा कुनै पनि आधारमा अर्जुनले तपस्या गरेको इन्द्रकील पर्वत र किरातेश्वले अर्जुनलाई दर्शन दिएर पाशुपतास्त्र प्रदान गर्नुभएको स्थान हुनसक्दैन । त्यो त नेपालको पूर्वी भूभाग नै सिद्ध हुन आउँछ । बुढासुब्बा मन्दिर धरानको किम्बदन्तिले पनि यही कुरा पुष्टि गर्दछ । पर्वतको बनावटका आधारमा पनि यो स्थान नै अर्जुनले तपस्या गरेको स्थान हुनसक्नेमा विश्वस्त हुन सकिन्छ भन्ने स्थानीय विद्वान्हरूको मत रहेको छ ।

यो मन्दिर स्थानीय परम्परा र आस्थामा आधारित पवित्र स्थल हो । महाभारतमा जुन "इन्द्रकील पर्वत" शास्त्रीय रूपमा उल्लेख छ, यो त्यसैका रूपमा मानिँदै आएको श्रद्धास्थल हो । यहाँ पूजन र दर्शन गर्नेले शिवको किरातेश्वर रूपको आशीर्वाद पाउँछन् भन्ने जनविश्वास रहेको छ ।❖

अध्यापक, श्रीधनुषकोटी संस्कृत वेद विद्याश्रम
कन्काई न.पा.-२, झापा

हार्दिक शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को पावन अवसरमा देश विदेशमा रहनुहुने सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ, दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति एवम् ऐश्वर्यको कामना सहित हार्दिक शुभकामना अर्पण गर्दछौं ।

किशोर अफसेट प्रेस प्रा.लि.
सम्पर्क: ०१- ४४२२५७२
गल्कोपाखा, ठमेल, कामठाडौं

स्तरीय एवम् आकर्षक छपाईका निम्ति हामीलाई सम्झनुहोला ।

हार्दिक शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को पावन अवसरमा देश विदेशमा रहनुहुने सम्पूर्ण नेपाली दाजुभाइ, दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति एवम् ऐश्वर्यको कामना सहित हार्दिक शुभकामना अर्पण गर्दछु ।

ज्यो. पं. नारायणप्रसाद तिमिल्सिना
ज्योतिष एवम् बास्तु परामर्श
सम्पर्क: ९८४१२६३६५९
पशुपति, काठमाडौं

चिना टिप्पण लेख्न/हेर्न एवम् वास्तु र ज्योतिषीय अन्य परामर्शको निम्ति सम्झनुहोला ।

हार्दिक शुभकामना

नव वर्ष २०८३ को पावन अवसरमा हाम्रा समस्त ग्राहक महानुभावहरूमा सुख, शान्ति एवम् ऐश्वर्यको कामना सहित हार्दिक शुभकामना अर्पण गर्दछौं ।

हरिकृष्ण रावल
भ्याली कोल्ड स्टोर प्रा.लि. परिवार
नयाँबजार, काठमाडौं

नृसिंहधाम यात्रा

-मित्र गौतम

पशुपतिनाथ नित्य आरति परिवारले महाशिरात्रीपर्व महोत्सव सम्पन्न गरिसके पछि काठमाडौं वरिपरिका अनाथालय, गुरूकुलआदिका बटुकहरूलाई केही आर्थिक तथा भौतिकको सरसहयोग र मठमन्दिरको सामूहिक दर्शन अवलोकन गर्दैआएको छ । सोही क्रममा यस वर्ष पनि शिवरात्री पर्व सम्पन्न गरे पछि समितिको निर्णय अनुसार नृसिंहधाम जाने कार्यक्रम तय भयो ।

समितिको निर्णय अनुसार गत चैत २८ गते शनिवार हामी नृसिंहधामतर्फ लाग्यौं । यसअघि हामीले चैत ३ गते नृसिंह धाम जाने निर्णय गरेका थियौं । तर, त्यहाँको मुलगुरू र गुरूकुलका बटुकहरू आगामी जेठ महिनामा पर्ने पुरूषोत्तममासमा श्री नृसिंहधाम पुरूषोत्तम महामहोत्सव (पुरूषोत्तम स्नान, कथावाचन एवम् १०८ तीर्थ यज्ञको पूर्ण आहुति र जल प्रसाद वितरण) सञ्चालनका लागि प्रचारप्रसार गर्न चैत १ देखि २५ गतेसम्म बाहिरी जिल्लातिर निस्कनु भएको रहेछ । सो महामहोत्सव आगामि जेठ १ देखि ३१ गतेसम्म सञ्चालन हुँदैछ ।

यात्राको दिन चैत २८ गते बिहान ६ बजे दुईवटा गाडीमा नित्य आरति परिवारका ६० जना र गाडीका स्टाफ ४ जना सहित ६४ जना काठमाडौंबाट करिव १२० किलो मिटर उत्तर पश्चिम धादिङ जिल्लाको त्रिपुरासुन्दरी गाउँपालिकाको सल्यानटारमा रहेको बुढीगण्डकी(पौराणिक नाम यशोधरा) र नेत्रावती (आँखु खोला)को संगममा अवस्थित नृसिंहधामतर्फ लाग्यौं । हामीसँग नृसिंहधाममा दिनका लागि तयार पारिएको आर्थिक सहयोगको केही रकम र भौतिक वस्तु पनि साथै थिए ।

हामी भगवान्का स्तुतिहरू गाउँदै, बजाउँदै पशुपति उमाकुण्डबाट थानकोटतिर अघि बढ्यौं । बाटामा साथीहरूलाई चियापानी खुवाउँदै, गाडीमा रमाइला गानाबजाना गाउँदै, साथीहरूले ल्याएका केही बस्तुहरू खाँदै, थानकोट हुँदै जादाँ फुर्केखोला पुगेको पत्तै भएन । मलेखु बजार नजिकैको फुर्के खोलाको पुल तरी धादिङ बेशीतिर लागियो ।

धादिङ जाने बाटो अत्यन्त राम्रो रहेछ । बाटो वरिपरि हरियाली, कतै चैते धान रोपेको, कतै टारबारीमा तरकारीहरूका खेती गरेको यी सबै हेर्दै बुङ्चुङ खोला, वैरेनी बजार हुँदै अगाडि बढ्दा कालीदह क्षेत्र पुगियो । कालीदह काठमाडौं-धादिङ यात्राको क्रममा यात्रुलाई खाना खुवाउने प्रचलित बजारको रूपमा चिनिने रहेछ । त्यहाँबाट केही समय पहाडी घुम्ती छिचोलेपछि धादिङबेसी पुगियो । धादिङ जिल्लाको सदरमुकाम यही धादिङबेसी रहेछ । हामी धादिङबेसी बजार पसेनौं, पुछारबजारसँग रहेको पुललाई बायाँ पारेर उकालो मोडियौं ।

उकालो घुम्तीबाट सुनौलो बजार, जिल्ला अस्पताल, मालपोत कार्यालय, सिरानबजार आदि हेर्दै हाम्रो यात्रा अगाडि बढ्यो । घुम्ती घुम्तीको उकालो बाटो निकै पार गरे पछि माथि सल्लेरी डाँडैडाँडा निकै परसम्म पुगी रमणीय टारी बेसीतिर झरियो । नेत्रावत्ती (आँखु) खोलाकिनारका वस्ती निकै राम्रो र त्यो क्षेत्र निकै उर्वर देखियो । आँखु खोलापुल तरेर अब हामी सल्यानटारतिर लाग्यौं । सल्यानटार साच्चै ठूलो टार रहेछ । ग्रामीण शहर

झै लाग्ने यो टार नेपालको पहाड भित्रको तुम्लिङटार पछिको सबै भन्दा ठूलो टार पनि भन्दा रहेछन् । तराई जस्तो सम्म टारमा पानीको भने अभाव रहेको बुझियो । आकासे पानीबाट मात्र खेती हुने घैया धान, मास, तिलआदि सुख्खा बालीहरू मात्र फल्ने ठाउँ जस्तो रहेछ ।

त्यो टारको बीचभागमा मात्र पक्की बाटो रहेछ । त्यहाँबाट गोरखाको आरूघाट, गंगाजमुना, बसेरी, बुढाथुम जाने बाटाहरू छुटिँदा रहेछन् । हामी चाँही आरूघाट बजार जाने कच्ची बाटो दक्षिण हुँदै नृसिंहधामतिर लाग्यौं । केही मिनेटको यात्रा पछि पानी ट्याङ्की भन्ने स्थानबाट आरूघाटतर्फ मोडिएको बाटो छोडेर हामी दक्षिणतर्फ अगाडि बढ्यौं । निकै लामो फाँट पार गरेर हामी बुढीगण्डकी र नेत्रावतीको संगम स्थल देवघाट जस्तै लाग्ने नृसिंह धाम क्षेत्रमा पुग्यौं ।

दुई नदी संगममा अवस्थित नृसिंहधाम क्षेत्र अत्यन्त रमणीय र प्राकृतिक सौन्दर्यले भरिपूर्ण रहेछ । त्यहाँको थुम्कीमा लक्ष्मीनारायण मूलमन्दिर, नृसिंह मन्दिर, केही तल गुरूकुल भवन, छात्रावास, अतिथि निवास, सन्त आवासगृह, भोजनालय, गौशाला आदिका भौतिक संरचनाहरू कुनै बन्दै गरेका र धेरै जसो निर्माण पूरा भइसकेका रहेछन् । प्रल्हादले तपस्या गरेर विष्णु भगवान् साक्षात्कार भएको ठाउँ भनेर यसको विशेष महत्त्व रहेको पाइयो ।

हामी सर्वप्रथम नदी संगममा गएर स्नानादि कार्यहरू गऱ्यौं । पूजा आरति गऱ्यौं । सबै जनाले त्यो क्षणलाई रमाउँदै तस्वीरमा कैद गऱ्यौं । गौरी पत्रिकाका सम्पादक अर्जुन लामिछाने पनि हाम्रो साथै जानु भएकोले तस्वीर र भिडियोमा सम्वन्धित ठाउँ र विशेषताको उजागर गर्न विशेष भूमिका रह्यो । त्यही दोभानको बिचमा ठूलो शिलामा बसेर प्रल्हादले तपस्या गर्नुभएको हो भनिदो रहेछ । हामीले त्यो शिलामा पनि फोटो खिच्यौं । त्यो शिला पछाडि बुढीगण्डकीको निलो प्रान्जल जल बगिरहेको थियो । अर्कोतिरबाट नेत्रावत्तीको जलप्रवाह कलकल ध्वनिका साथ बगिरहेको थियो ।

नदी किनारामा धेरै बेर रमाएपछि हामी याग अनुष्ठानका लागि तयार हुँदै गरेको यज्ञ क्षेत्रको दर्शन गर्दै माथि आएर लक्ष्मीनारायणको दर्शन, आरति र मन्दिर परिक्रमा गऱ्यौं । धाम परिसरमा स्थापना गरिएको द्वादश ज्योतिर्लिङ्गको पनि दर्शन गऱ्यौं । नृसिंह स्वरूपको पनि दर्शन गर्यौं । गुरूकुलका लागि लगिएका सम्पूर्ण सामाग्रीहरू कार्यालयमा रहनु भएकी माता संगीता जोशीज्यूलाई बुझायौं । त्यसपछि हामीले त्यहींबाट भक्तजनलाई प्रदान गरिने भोजन प्रसाद लियौं । पुनः कार्यालयमा गइ आर्थिक सहयोग स्वरूप रकम प्रदान गरी हामी मन्दिरपरिसरलाई भावपूर्ण नमन गर्दै, त्यहाँको सारा वस्तु स्थितिलाई आआफ्ना मन मस्तिकमा कैद गर्दै तिनलाई तस्वीरमा समेत उतारेर त्यहाँबाट तीन बजेतिर फिर्तियात्रामा लाग्यौं । करिव ७ घण्टाको यात्रापछि बेलुकाको ९:३० वजेतिर हामी पशुपति उमाकुण्ड आइपुग्यौं । यात्रामा केही सामान्य कठिनाइहरू आइपरे पनि यात्रा आरामदायी, आनन्दमय, भावमय र प्रेममय नै बन्यौ ।❖

–महासचिव, पशुपतिनाथनित्यआरति परिवार, पशुपति, काठमाडौं

वैशाख पूर्णिमामा विभिन्न देव देवीका जात्रा

- प्रेममान डंगोल

बैशाख पूर्णिमाका दिन बनेपामा चण्डेश्वरी देवीको जात्रा गरिन्छ । चण्डि पूर्णिमा पनि भनिने बैशाख पूर्णिमाका दिन काभ्रे जिल्लाका ऐतिहासिक आठ वटा नेवार बस्ती साँगा, ख्वःपासी, नाला, धुलिखेल, श्रीखण्डपुर, चैकोट र पनौतिमा एकै पटक जात्रा गरिन्छ । चण्डेश्वरी जात्रा बारे भक्तपुरका चण्डेश्वरी, पाटन पिम्बहालको चण्डेश्वरी, बालकुमारी चण्डेश्वरी र टोखाका चण्डेश्वरी मध्ये बनेपाको चण्डेश्वरी विशेष हुन् भनिन्छ ।

बनेपाको अष्टमातृका पीठ मध्ये एक पीठको रूपमा चण्डेश्वरी देवीको जात्रा मनाइन्छ । एक किंवदन्ती अनुसार एकपटक बनेपाकी चण्डेश्वरी देवी पाटनको बुंगमती करूणामयको रथ यात्रा हेर्न जाँदा एउटा ठूलै उपद्रो गरेर आइछन् । त्यस्तै करूणामय रातो मच्छिन्द्रनाथ पनि बनेपा चण्डेश्वरीको जात्रा हेर्न बनेपा जाँदा चण्डेश्वरी देवी चन्दन वनको रूखमा मरेको जस्तो भई बसिछन् । त्यसैको सम्झना स्वरूप चण्डेश्वरीको जात्रा लाँदा मरेको लाश लगे जस्तै गरेर लाने गरिन्छ । चण्डेश्वरी मरिसकिन् भन्ने देखाउन जात्रामा बाजा नबजाउने, जुत्ता नलगाउने र टोपी पनि नलाउने तथा देवीलाई मलामीले लाश लगे जस्तै गरेर उत्तानो पारेर लाने चलन अहिलेसम्म चल्दैआएको छ ।

बैशाख पूर्णिमा कै दिन पलाञ्चोक भगवतीको पनि जात्रा गरिन्छ । मानदेव प्रथमले स्थापना गरेकी पलाञ्चोक भगवती देशैभर प्रख्यात छन् । हरेक वर्ष बैशाख पूर्णिमा र वडा दशैंमा बर्षको दुई पटक पलाञ्चोक भगवतीको जात्रा गरिन्छ । एक किंवदन्ती अनुसार काभ्रेपलाञ्चोकको बुच्चाकोटका एक जना श्रेष्ठ थरको व्यक्तिको सपनामा आई पलाञ्चोक भगवतीले मलाई उत्तरतर्फ लानु भन्ने आदेश दिइछन् । निख्खर कालो कलात्मक एक फिट लामो महिषमर्दिनी भगवतीलाई बोकेर लाँदै गर्दा बाटोको बिचमा पुग्दा लान सकेनन् । देवीको मूर्ति ज्यादै गह्रौं भएकाले बोकी राख्न पनि सकेनन् । देवीले नै नचाहेको होला भनी भगवतीको मूर्ति त्यही स्थानमा बिसाइ दिएछन् । त्यसैकारण त्यही स्थानमा पलाञ्चोक भगवतीको स्थापना गरेर काठमाडौको मखन बहालका बज्राचार्य गुरूजुलाई पुजारी राखी भगवतीको जात्रा चलाइएको हो भनिन्छ ।

बैशाख पूर्णिमाका दिन बनेपामा चण्डेश्वरी जात्राको मूल पूजा भइरहेको बेलामा पलाञ्चोक भगवतीको जात्राको लागि देवघरबाट धामीले पूरा शरीर कमाउँदै भगवतीलाई खटमा राख्न ल्याउँछन् । बनेपाको चण्डेश्वरी, नाला भगवती, धुलिखेल भगवती, नक्साल भगवती, साँगा नासिका भगवती र शोभा भगवती दिदी बहिनी भएकोले पलाञ्चोक भगवतीको जात्रा हुनु अघि सबै दिदी बहिनी भगवतीका स्थानबाट फूल, टिका, अक्षता र जल ल्याउने परम्परा छ । जल प्रसादका साथै बोका बलि दिएर तीन दिनसम्म भव्य रूपमा पलाञ्चोक भगवतीको खट जात्रा गरिन्छ ।

पलाञ्चोक भगवती देवीको कलात्मक मूर्तिले विश्वस्तरमा नै प्रसिद्धि पाएको छ । सो मूर्ति बनाउने कलाकारले अन्यत्र यस्तो मूर्ति बनाउन नसकून् भनी तत्कालीन शासकले उनको दाहिने हात काटी दिए । देब्रे हातले नक्साल भगवतीको मूर्ति बनाएकाले ती कलाकारको देब्रे हात पनि काटी दिएछन् । ती कलाकारले दुई खुट्टाले धुलिखेलकी भगवती र शोभा भगवतीको मूर्ति बनाएर कलाकारिताको एउटा उत्कृष्ट नमूना नै प्रदर्शन गरेका छन् । तर त्यस्ता अलौकिक क्षमताका कलाकारको नाम भने अज्ञात छ ।

बैशाख पूर्णिमाकै दिन बूढानीलकण्ठबाट पूर्व-दक्षिणतर्फ चुनिखेलमा रहेकी नौलिङ्गेश्वरी भद्रकालीलाई बोका र राँगा बलि दिएर सरकारी पूजा गरिन्छ । गाउँलेहरूले घरै पिच्छेबाट कुखुरा, हाँस, बोका बलि दिएर पूजा गर्ने गर्छन । नौलिङ्गेश्वरी भद्रकाली चुनदेवी, टुपेक, टुसाल, बूढानीलकण्ठ, चपली, कपन र वरिपरी छिमेकका सबै श्रद्धालुहरूकी आराध्यदेवी हुन् ।

बैशाख पूर्णिमामा बूढानीलकण्ठ नारायण अर्थात शेषनारायणको पाउमा गहना लगाइदिएर गणेश, भद्रकाली र अन्य देवताहरूको पनि जात्रा गरिन्छ । शैव र वैष्णवहरूका आराध्य बूढानीलकण्ठ नारायणलाई स्वयम्भू पुराण अनुसार नागको हृदयबाट उत्पन्न भएको कमलको फूलका जनक प्रथम बुद्धको रूपमा पनि मानिन्छ । त्यसैले बौद्ध धर्मानुयायीहरूले पनि बूढानीलकण्ठलाई आफ्ना इष्ट देवताका रूपमा पूजा गर्दैआएका छन् । बूढानीलकण्ठ नजिकै रहेको चपली र भद्रकालीमा पञ्चकन्याको जात्रा पनि बैशाख पूर्णिमामा नै गरिन्छ ।

बैशाख पूर्णिमामा बाँसवारीबाट नजिकै खड्ग भद्रकालीको धरमपुरमा पनि भद्रकालीको जात्रा गरिन्छ । बैशाख पूर्णिमादेखि पाँच दिनसम्म मौलिक बाजा बजाई भद्रकालीको खट जात्रा गरिन्छ । महाराजगञ्ज, बाँसवारी र नारायणहिटी दरबारसम्म भद्रकालीको खट ल्याउने चलन छ । यी भद्रकाली र टुँडिखेलको भद्रकाली देवीको मूर्ति मिल्दोजुल्दो छ । धरमपुरकी भद्रकाली र टुँडिखेलकी भद्रकाली दिदी बहिनी हुन् भनिन्छ ।

बैशाख पूर्णिमाकै दिन पाटन हात्तिवनमा किरातीहरू गएर सुंगुर, कुखुरा, राँगा बलि दिएर भूमि देवता पूजा गर्ने गर्दछन् । साँझ टुंडिखेलको खुल्लामञ्चमा आई साकेला नाच नाचेर चाड मनाउने गर्दछन् । यही दिन थापाथलीमा राणाहरूले बोकाको बलि दिँदै कुल देवता पूजा गर्छन् । धार्मिक, सांस्कृतिक तथा जातीय विविधता रहेको हाम्रो देशमा एकै दिन फरक फरक पर्व तथा जात्रा मनाउने गरिन्छ । यसले विविधता भित्रको एकतालाई पनि सुदृढ पारेको छ ।❖

-नयाँ वजार, काठमाडौं

जय गौमाता !
पृथ्वी सबैको साझा घर हो। यहाँ सबै प्राणीहरुले बाँच्न पाउने अधिकारको सुनिश्चितता गरौं।
हरेक दिन गाईबाच्छाहरुका लागि केही दान गरौं। जन्मोत्सव, विवाहोत्सव आदि शुभकार्यहरु र अन्य उत्सव या स्मृतिमा गौमाताको सेवामा केही योगदान गरौं। आफू पनि बाँचौं र अवोध प्राणीहरुलाई पनि बचाऔं। सेवा नै सबैभन्दा ठूलो धर्म हो।

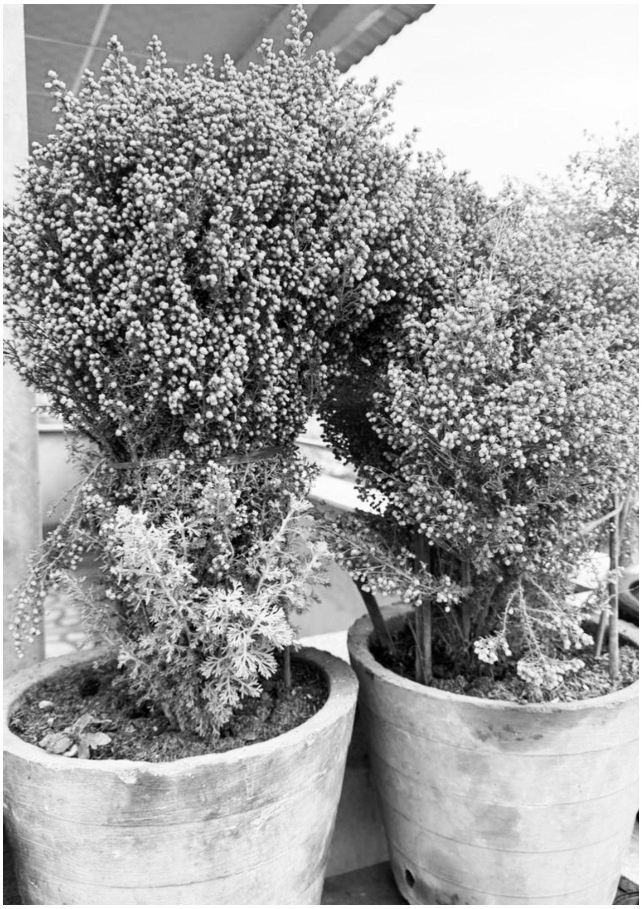
सडकमा वेवारिसे छाडिएका गाईबाच्छा, साँढेहरूको
संरक्षणमा हातेमालो गरौं !

नन्दी सेवा स्थल
मन्दिर गाई बाच्छा बचाऊ तथा समाज विकास अभियान
फूल पसल लाइन, वनकाली, सम्पर्कः ९८०८२९७४८५, ९८४१२०४००६

नेवाः सभ्यताको जीवन्त र सुगन्धित दर्शन

“धगः स्वाः”

श्रीकृष्ण डंगोल



नेवाः सभ्यता संस्कार र संस्कृतिको मात्र नभई प्रकृति र दर्शनको अनुपम संगम पनि हो । यसै सभ्यताभित्र एउटा यस्तो विचित्र र महिमायुक्त पुष्प छ, जसलाई हामी 'धगः स्वाः' (Dha–ga Swa) भन्दछौँ । यो केवल एउटा फूल मात्र होइन, यो जीवन, सृष्टि र समर्पणको एउटा गहन प्रतीक हो ।

जीवन्त पुष्पः जरा र माटोसहितको अर्पण

धगःस्वाः को सबैभन्दा ठूलो विशेषता यसको अर्पण विधि हो । सामान्यतया हामी फूल चुँडेर वा माला उनेर भगवान्लाई चढाउँछौँ, तर धगःस्वाः लाई सिङ्गो बोट, जरा र माटोसहित चढाइन्छ । यसलाई 'अपवित्र' मानेर माटो पखाल्न निषेध छ । नेवाः दर्शनमा 'धर्ती' वा 'माटो' आफैँमा एउटा देवता हो । त्यसैले, साक्षात् जीवन्त देवतालाई अर्पण गर्दा 'जीवन' भएकै वस्तु चढाउनुपर्छ भन्ने मान्यताका साथ माटोसहितको जीवित बोट चढाइन्छ । चुँडिएको फूललाई 'मृत' मानिने हुनाले जीवन्त मूर्तिको अगाडि जीवित बिरूवा नै सुम्पिने यो परम्परा निकै अर्थपूर्ण छ ।

नामको उत्पत्ति र सुगन्धको जादु

यो फूलको बीउ वा दानाको स्वरूप 'डाडु' (एकातिर लाम्चो र अर्कोतिर खाल्टो भएको) जस्तो हुने गर्दछ । यो फूलको सुगन्ध अत्यन्त प्रबल र मनमोहक हुन्छ । भुइँतलामा राखिएको एउटा बोटको बासना घरको माथिल्लो चोटा वा बुइँगलसम्मै फैलिन्छ । यसको वासना अत्यन्तै विशिष्ट र सदाबहार हुन्छ । यो बोट सुकेर जाँदा पनि यसको बासना मर्दैन; यसले आफ्नो अस्तित्व सुगन्धको रूपमा जीवन्त राखिरहन्छ ।

सामाजिक दर्शनः चेलीको बिदाइ र धगः स्वाः

नेवाः समाजमा छोरीलाई कन्यादान गर्दा वा बिदा गर्दा लिइने सङ्कल्पमा धगःस्वाःको उदाहरण दिइन्छ । अभिभावकहरूले आफ्नी छोरीलाई यसै फूलजस्तै जतनले हुर्काएका हुन्छन् । बिहेको समयमा भनिन्छ– 'जसरी यो धगः स्वाःलाई हुर्काउन कठिन छ र हामीले जतन गरेर जोगाएका छौँ, त्यसरी नै यो सुगन्धित पुष्प जस्तै छोरीलाई तपाईँहरूको जिम्मा लगाएका छौँ ।' छोरीको प्रतिष्ठा र कोमलतालाई यो फूलसँग तुलना गर्दै उनलाई उचित सम्मान र सुरक्षाका साथ राख्न अनुरोध गरिन्छ ।

धार्मिक महत्त्व र चैत अष्टमीको साइत

धगः स्वाः वर्षभर नै उपलब्ध हुँदैन । यो चिसो मौसममा पलाउँछ र माघ–फागुनमा रोपिएपछि चैत–वैशाखमा चढाउन योग्य हुन्छ । विशेष गरी नेपाल संवत्को चौलागा अष्टमीका दिन यसलाई चढाउने मुख्य विधान छ । बसन्तपुरको तलेजु मन्दिरमा ३६५ वटा धगः स्वाःका बोटहरू त्रिबली पूजासहित अर्पण गरिन्छ । भगवान्

पशुपतिनाथमा पनि ३६५ वटा बोट नै चढाइन्छ । वर्षको ३६५ दिन नै फूल चढाउन सम्भव नभएकाले, एकै दिन ३६५ वटा जीवित बोट चढाएर वर्षभरिको भक्ति अर्पण गरिएको मानिन्छ ।

प्राप्ति स्थान र संरक्षणको चुनौती

यो दुर्लभ र विशिष्ट पुष्प मुख्यतया भक्तपुरको ठिमी क्षेत्रमा पाइन्छ । काठमाडौँ र ललितपुरका अन्य ठाउँको तुलनामा ठिमी यसको परम्परागत खेतीका लागि प्रसिद्ध छ । यसलाई हुर्काउन र जोगाउन निकै कठिन परिश्रम र हेरचाहको आवश्यकता पर्दछ । असार महिना लागेपछि यो बिरूवा विस्तारै लोप हुँदै जान्छ ।

जसरी यो फूलको बोट मरेर गए पनि सुगन्ध रहिरहन्छ, त्यसरी नै मानिसले पनि आफ्नो सत्कर्म र कीर्तिलाई जीवित राख्नुपर्छ । जीवन्त मूर्तिमा जीवित बोट चढाउने यो परम्पराले प्रकृति र ईश्वरबीचको सम्बन्धलाई झनै प्रगाढ बनाएको छ । यो हाम्रो सभ्यताको यस्तो धरोहर हो, जसलाई भावी पुस्तासम्म जोगाइराख्नु हाम्रो दायित्व हो ।

हिन्दु धर्मशास्त्र र तन्त्र शास्त्रहरूमा ईश्वरको अर्चना गर्दा विभिन्न प्रकारका उपचार (सामग्री)हरू प्रयोग गरिन्छ । तीमध्ये 'पुष्प' (फूल) लाई अत्यन्त महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । निम्न श्लोकहरूमा फूलहरू केवल प्राकृतिक मात्र नभई धातु निर्मित पनि हुने र तिनको आफ्नै विशिष्ट श्रेणी हुने कुरा बताइएको छ–

पुष्प पञ्चविधं प्रोक्तं परं चापरमेव च ॥२१॥
उत्तमं मध्यमं हीनं तेषां वक्ष्यामि लक्षणम् ॥
परं सुवर्णपुष्पं स्यात् तत् सदा योग्यमेव हि ॥२२॥
अपरं राजतं पुष्पं ताम्रजं च प्रकीर्तितम् ॥

पुष्पको पञ्चविध वर्गीकरण (पाच श्रेणी)

विभिन्न शास्त्रहरू (जस्तैः नित्योत्सव, प्रयोगपारिजात) का अनुसार पूजामा प्रयोग हुने पुष्पलाई गुणस्तर र स्रोतका आधारमा पाँच श्रेणीमा बाँडिएको छः

–पर (सर्वश्रेष्ठ): मणि, रत्न र सुन आदि बहुमूल्य धातुबाट बनेका फूल । यी फूलहरू कहिल्यै बासी (निर्मल्य) हुँदैनन् । हरेक दिन पानीले पखालेर वा पुछेर यिनलाई पुनः प्रयोग गर्न सकिन्छ । त्यो कहिल्यै निर्वाली हुँदैन ।

–अपर (दोस्रो श्रेणी): चहकिलो कपडा (चित्रवसन) काटेर बनाइएका फूलहरू । पुष्परत्नाकर ग्रन्थका अनुसार चाँदी र तामाका फूललाई पनि यसै श्रेणीमा राखिएको छ ।

–उत्तम (असल): रूख वा बोटबिरूवामा फुलेका प्राकृतिक फूल । यस्ता फूल बिहान चढाएपछि सोही दिनका तीन सन्ध्या (बिहान, दिउँसो र बेलुकी) सम्म शुद्ध मानिन्छन् ।

–मध्यम (ठीकैको): पूजामा चढाइने फलहरूलाई 'मध्यम पुष्प' को संज्ञा दिइएको छ ।

–अधम (निम्न): पूजामा प्रयोग गरिने पात र जल (पानी) लाई अधम पुष्प मानिन्छ । यी सामग्रीहरू जुन समयका लागि अर्पण गरिएको हो, त्यही समयमा मात्र शुद्ध रहन्छन् ।

धार्मिक एवम् व्यवहारिक महत्त्व

प्राकृतिक फूलहरू क्षणभंगुर हुन्छन् र ओइलाएपछि तिनको उपयोगिता सकिन्छ । तर, सुन र रत्नका फूलहरू 'सदा योग्य' हुने भएकाले यिनलाई 'पर' (उत्कृष्ट) मानिएको हो । यसले भक्तको श्रद्धालाई स्थायी रूप दिने र मन्दिरको वैभव झल्काउने काम पनि गर्दछ ।

महेशराज पन्तले पूर्णिमा त्रैमासिक पत्रिका (संसार देवीको एउटा अभिलेख) मा लेख्नुभएको आलेखले नेपालको अभिलेखीय इतिहास र संस्कृतिको गहिरो सम्बन्ध देखाउँछ । 'पुष्परत्नाकर' (वि.सं. १८०२) जस्ता प्राचीन ग्रन्थहरूको प्रमाण दिँदै यसले हाम्रो पूजा पद्धतिमा धातुका गहना र फूलहरूको महत्त्व कति उच्च छ भन्ने कुरा प्रस्ट पारेको छ ।

नेवाः दर्शनमा आधारित 'जीवन्त मूर्तिमा जीवित बोट चढाउने' परम्पराले प्रकृति र ईश्वरबीचको सम्बन्धलाई अत्यन्तै दार्शनिक र व्यावहारिक ढंगले जोडेको छ ।

हिन्दु र बौद्ध दर्शन (विशेष गरी नेवाः तान्त्रिक दर्शन) ले ईश्वरलाई कतै टाढा स्वर्गमा बस्ने सत्ता मान्दैन, बरू प्रकृतिमै विद्यमान शक्ति मान्दछ । जब हामी एउटा धगः स्वाः जस्तो जीवित बोटलाई माटोसहित मूर्तिमा चढाउँछौँ, तब हामीले प्रकृति (बोट र माटो) र ईश्वर (मूर्ति) बीचको भेदलाई समाप्त गर्छौं । यसले सन्देश दिन्छ कि जुन 'जीवन' त्यो बिरूवामा छ, त्यही 'चेतना' त्यो मूर्तिमा पनि छ ।

“मृत’ र “जीवित’ बीचको भिन्नता

हामीले सामान्यतया चढाउने चुँडिएका फूलहरू

वनस्पति शास्त्र र आध्यात्मिक दुवै दृष्टिले 'मृत' सरह हुन्, किनकि ती आफ्नो स्रोत (जरा) बाट अलग भइसकेका हुन्छन् । मृतकलाई गरिएको उपचार जसरी अर्थहीन हुन्छ, त्यसरी नै जीवन्त शक्तिलाई मृत वस्तु अर्पण गर्नु पूर्ण हुँदैन भन्ने यस परम्पराको मान्यता हो । जीवित बोट चढाउनुको अर्थ 'चेतनालाई चेतनाकै अर्पण' गर्नु हो । यसले भक्त र भगवान्बीचको सम्बन्धलाई औपचारिकतामा मात्र सीमित नगरी 'जीवन्त संवाद' मा बदलिदिन्छ ।

पञ्चतत्वको सम्मान

बोटसँगै आउने माटोले पृथ्वी तत्त्वको प्रतिनिधित्व गर्दछ । नेवाः सभ्यतामा माटोलाई पनि देवता मानिन्छ । जरामा टाँसिएको माटो नपखाली चढाउनुको अर्थ ईश्वरको पूजा गर्दा उनले सिर्जना गरेको धर्तीलाई पनि सँगै सम्मान गर्नु हो । यसले ईश्वर र प्रकृतिको अविभाज्य सम्बन्धलाई पुष्टि गर्दछ– जहाँ सृष्टिकर्ता (ईश्वर) र सृष्टि (प्रकृति/माटो) लाई अलग गर्न सकिँदैन ।

वातावरणीय चेतना र संरक्षण

यस परम्पराले प्रकृतिलाई केवल 'उपभोगको वस्तु' मात्र मान्दैन । फूल चुँडेर बिरूवालाई नाङ्गो बनाउनु भन्दा सिङ्गो बिरूवालाई नै स्थापना गर्नुले वनस्पतिको पूर्ण अस्तित्वको कदर गर्दछ । ३६५ वटा बोट चढाउनुले एउटा ठूलो संख्यामा बिरूवाको खेती र संरक्षणलाई प्रोत्साहन गर्छ । यसले धर्मको माध्यमबाट प्रकृतिको संरक्षण गर्ने एउटा प्राचीन र वैज्ञानिक विधि प्रस्तुत गर्दछ ।

अमरत्व र कीर्तिको प्रतीक

धगःस्वाःको बोट सुके पनि बासना रहिरहने गुणले ईश्वरको शाश्वत स्वभावलाई दर्शाउँछ । जसरी ईश्वर अदृश्य भएर पनि आफ्नो शक्तिको सुगन्धले संसार व्यापी हुनुहुन्छ, त्यसरी नै जीवित बोटको सुगन्धले मूर्तिको वरिपरिको वातावरणलाई दैवी बनाउँछ । यसले मानिसलाई पनि आफ्नो जीवन प्रकृतिमै विलीन हुनुअघि सुगन्ध (सत्कर्म) छर्नुपर्छ भन्ने आध्यात्मिक प्रेरणा दिन्छ ।

जीवन्त मूर्तिमा जीवित बोट चढाउनु भनेको 'प्रकृति नै ईश्वरको दृश्य रूप हो' भन्ने सत्यलाई स्वीकार्नु हो । यो परम्पराले हामीलाई सिकाउँछ कि यदि हामीले प्रकृतिको जरा र माटो (मूल स्रोत) लाई जोगायौँ भने मात्र ईश्वरप्रतिको हाम्रो श्रद्धा अर्थपूर्ण रहन्छ । यसले मानिसलाई प्रकृतिप्रति कृतज्ञ हुन र ईश्वरलाई आफ्नै आँगनको बिरूवामा देख्न सिकाउँछ ।

दमन पुष्पको पौराणिक उत्पत्ति

दमन पुष्प (नेपाल भाषामा 'धगःस्वाँ') को उत्पत्तिका पछाडि एउटा गहिरो पौराणिक कथा लुकेको छ । मान्यता अनुसार, जब महादेवले आफ्नो तेस्रो नेत्र खोलेर कामदेवलाई भस्म गर्नुभयो, कामदेव जलेर खरानी भए । सोही खरानीबाट यो सुगन्धित दमन पुष्पको उत्पत्ति भएको मानिन्छ । कामदेवको अंशबाट जन्मिएकाले यस फूललाई प्रेम, आकर्षण र समर्पणको प्रतीक मानिन्छ । वैशाख शुक्ल अष्टमीको दिनमा यो फूल चढाउने विशेष परम्परा छ । यस दिन देवतालाई दमन पुष्पको माला पहिराउने वा विशेष पूजासहित पुष्प अर्पण गरिन्छ, जसलाई शास्त्रीय भाषामा 'दमनारोहण विधि' भनिन्छ । 'दमन' शब्दको अर्थ 'दबाउनु' वा 'नियन्त्रण गर्नु' हुन्छ । कामदेवको खरानीबाट बनेको फूल ईश्वरलाई चढाउनुको अर्थ आफ्ना कामुक इच्छा, क्रोध र चञ्चल इन्द्रियहरूलाई भगवान्‌को चरणमा अर्पण गरी संयमित हुनु हो ।

नेपाल संवत् ९४७ तिरका पुराना पाण्डुलिपिहरूमा (जस्तै वाणेश्वरानन्दद्वारा लिखित थ्यासफू) 'दमनारोहण विधि' र यसका लागि आवश्यक सामग्रीहरूको विस्तृत सूची भेटिन्छ । यसले यो पर्व मध्यकालदेखि नै व्यवस्थित रूपमा मनाइँदै आएको पुष्टि गर्दछ । दमनारोहण पर्वले हाम्रा पूर्वजहरूको प्रकृतिप्रतिको सूक्ष्म दृष्टि र ईश्वरप्रतिको अगाध श्रद्धालाई प्रतिविम्बित गर्दछ । कामदेवको भष्म अवशेषबाट जन्मिएको सुगन्धित दमन पुष्पले झैँ हाम्रो जीवनमा पनि त्याग, संयम र भक्तिको सुगन्ध फैलिरहोस् भन्ने नै यस पर्वको मूल सन्देश हो । यस्ता अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण गरी नयाँ पुस्तामा हस्तान्तरण गर्नु आजको प्रमुख दायित्व हो ।

नेपाली संस्कृति र विशेष गरी काठमाडौँ उपत्यकाको नेवार समुदायमा 'धगः स्वाँ' (दमन पुष्प) लाई केवल एउटा सुगन्धित फूलका रूपमा मात्र नभई 'धर्म–चित्त' को जीवन्त प्रतीकका रूपमा लिइन्छ । यस पुष्पको उत्पत्तिको सम्बन्ध भगवान् बुद्ध (तथागत) को भक्तिमा लीन 'बालशुभ' नामक देवपुत्रसँग जोडिएको छ । आलेखका अनुसार, ती देवपुत्रको मन सधैं धर्मको चिन्तनमा रहने र

उनको विचारमा सधैं धर्मको सुगन्ध (वासना) व्याप्त हुने भएकाले नै उनी पछिल्लो जन्ममा ‘धगः स्वाँ’ का रूपमा प्रकट भएका हुन् । यसै कारण यस फूललाई ‘धर्मको सुगन्ध’ छर्ने पवित्र माध्यम मानिन्छ, जसले मानिसको मनमा धार्मिक भाव र आध्यात्मिक चेतना जागृत गराउन मद्दत गर्दछ ।

आध्यात्मिक दृष्टिकोणले यो पुष्प आदि बुद्ध र अन्य देवीदेवताहरूलाई प्रसन्न पार्ने एक उत्तम साधन हो । जसले श्रद्धापूर्वक यो फूल अर्पण गर्दछ, उसलाई ‘धगः स्वाँ’ ले आशीर्वाद दिने र उसको जीवनमा पुण्यको उदय हुने विश्वास गरिन्छ । यो पुष्पको महत्त्व पितृ कार्यसँग पनि जोडिएको छ । नेवार समुदायमा श्राद्ध वा पिण्ड दानको समयमा पितृहरूलाई यो फूल चढाउनु अनिवार्य मानिन्छ । पितृहरूको मनमा धर्मप्रति आस्था जगाउन र उनीहरूलाई कष्टबाट मुक्त गरी मोक्ष दिलाउन यो फूलको भूमिका अद्वितीय हुन्छ । यसरी जीवित छँदा देवतालाई खुसी पार्ने र मृत्युपश्चात् पितृहरूको कल्याण गर्ने यो पुष्पले हाम्रो परम्परामा ‘महापुण्य’ आर्जन गर्ने माध्यमको रूपमा विशिष्ट स्थान ओगटेको छ ।

मानिसको पूर्वजन्म र वनस्पतिका रूपमा हुने पुनर्जन्मको सम्बन्ध

१. कर्म र पुनर्जन्मको सिद्धान्त

जीवले आफ्नो पूर्वजन्ममा जे-जस्तो कर्म (राम्रो वा नराम्रो) गर्दछ, सोही अनुसार उसको अर्को जन्म निर्धारण हुन्छ । यदि मानिसले यो जुनीमा धर्म, दान र परोपकार गर्छ भने उसले सुगन्धित र पूजनीय वनस्पतिको रूप पाउँछ । यसलाई "धर्म चित्त" अर्थात् धार्मिक चेतनाको परिणाम मानिएको छ ।

वनस्पतिका रूपमा जन्म लिनुको कारण

विभिन्न फूलहरूको उत्पत्तिलाई विशिष्ट मानवीय पात्र र तिनको व्यवहारसँग जोडिएको छ । धगः स्वांः लाई धार्मिक चित्त भएका र भगवान् बुद्धको आराधना गर्ने "देव पुत्र" को पुनर्जन्म मानिएको छ । जसले धर्मलाई सधैं शिरोपर गर्छ, उसले यस रूपमा जन्म लिई मानिसहरूलाई आशीर्वाद दिने र पितृहरूको उद्धार गर्ने शक्ति राख्छ ।❖

-पशुपति, काठमाडौं

नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः ।
न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ॥

हार्दिक श्रद्धाञ्जलि

जन्मः १९९६ मङ्सिर

स्वर्गारोहणः २०८२ चैत १५ गते

स्वर्गीय किशोर कुमार गौतम

गौरी मासिक पत्रिकाका शुभचिन्तक एवम् लेखक, समाजसेवी धार्मिक व्यक्तित्व किशोर कुमार गौतमको असामयिक निधन भएकोमा मृत आत्माको चीर शान्तिको कामना गर्दै हार्दिक श्रद्धाञ्जलि अर्पण गर्दछौं । यस दुःखद् घडीमा शोक सन्तप्त परिवारजनमा धैर्य धारण गर्ने शक्ति प्रदान गरून् भनी श्रीपशुपतिनाथसँग प्रार्थना गर्दछौं ।

गौरी मासिक पत्रिका परिवार

पूर्णताको जीवनभित्र प्रत्येक श्वासमा आनन्द

मानिस कसरी शान्त र आनन्दित हुन्छ भन्ने गहन प्रश्नलाई लिएर वैदिक कालदेखि अहिलेसम्मका अनेकौं विद्वान् तथा दार्शनिकहरूले आ-आफ्नै बुझाइ र व्याख्या प्रस्तुत गर्दैआएका छन् । वैदिक ऋषिमुनिहरू याज्ञवल्क्य, गार्गी र मैत्रेयीले उपनिषद्हरूमा आत्मिक आनन्द (ब्रह्मानन्द) लाई शान्तिको स्रोत मानेर कर्म, ज्ञान र भक्तिको मार्ग देखाएका थिए भने बौद्ध र जैन परम्पराका सिद्धार्थ गौतम बुद्ध तथा महावीरले दुःख (इच्छा)को अन्त्य र अहिंसात्मक जीवनशैलीबाट मानसिक शान्ति प्राप्त गर्ने उपाय बताए । आदि शङ्कराचार्यले अद्वैत वेदान्तमार्फत'अहंब्रह्मास्मि' को साक्षात्कारलाई आनन्दको चरम बिन्दु मान्दै गर्दा पतञ्जलिले योगसूत्रमा चित्तवृत्तिनिरोधलाई शान्तिको आधार बनाए ।

प्रत्येक श्वासमा आनन्द
पूर्णताको जीवन
श्याल्पा तेन्जिन रिन्पोछे

मध्ययुगीन भक्तिधारा र आधुनिक कालका स्वामी विवेकानन्द, श्री अरविन्द, जे. कृष्णमूर्ति जस्ता भारतीय दार्शनिकहरूले व्यावहारिक साधना, आत्म-जागरण र चेतनाको विकासलाई जोड दिए । यसैगरी पश्चिमी जगतका अरिस्टोटलले 'युडेमोनिया' (पूर्णरूपमा समृद्ध जीवन), स्टोइक दार्शनिक एपिक्टिटस र मार्कस औरेलियसले नियन्त्रणभन्दा बाहिरका कुराहरूप्रति विरक्तिको अभ्यासबाट शान्ति पाइने धारणा राखेका छन् भने समकालीन मनोविज्ञानका विक्टर फ्रान्कल, मार्टिन सेलिग्म्यान र पूर्वीय दर्शन प्रभावित भियतनामी बौद्ध भिक्षु थिच नहत हान्ह जस्ता विद्वान्हरूले अर्थपूर्ण जीवन, सकारात्मक मनोविज्ञान र माइन्डफुलनेसलाई आनन्दित जीवनको आधार बनाएका छन् ।

यी सबै दर्शन र परम्पराहरूले शान्ति र आनन्द बाहिरी परिस्थितिमा होइन, भित्री रूपान्तरण र आत्म साक्षात्कारमा निहित छ भन्ने एउटै सत्यलाई विभिन्न कोणबाट उजागर गरेका छन् ।

सुख, खुसी र आनन्द तीनै शब्द प्रायः एउटै अर्थमा प्रयोग गरिए पनि वैदिक दृष्टिकोणमा यी फरक-फरक स्तरका अनुभव हुन् ।

सुख शरीरसँग सम्बन्धित हुन्छ, खुसी मनसँग जोडिन्छ भने आनन्द आत्माको गहिरो अनुभूति हो । ऋषिमुनि तथा साधकहरूले यी तीन अवस्थालाई छुट्टाछुट्टै रूपमा बुझेर नै त्यहाँसम्म पुग्ने उपायहरू बताएका छन् । मानव जीवनमा पहिले भौतिक सुख, त्यसपछि मानसिक सन्तोष र अन्ततः आत्मिक आनन्द प्राप्त गर्नु नै लक्ष्य मानिएको छ, जसलाई मोक्ष, मुक्ति, निर्वाण वा परमज्ञान जस्ता नामहरूले पनि चिनिन्छ । यस उच्चतम आनन्दमा पुग्न कर्म, ज्ञान र भक्ति तीन मार्गहरू छन्, जसमा व्यक्ति आफ्नो रूचिअनुसार अघि बढ्दछ । अन्ततः अधिकांश दर्शनको सार भनेको शरीर र मनका सीमित सुखभन्दा पनि माथि प्राप्त हुने आत्माको आनन्द नै सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण र स्थायी आनन्द हो ।

मानिसका लागि अत्यावश्यक यही आनन्द र शान्तिको प्राप्तिका लागि विभिन्न धर्मका अनेकौ विद्वान्हरूले आ-आफ्ना अनुभव तथा ज्ञानहरू साझा गरेका छन् । हिन्दु मात्र नभई बुद्ध र बुद्ध धर्मका बारेमा लेखिएका कृतिहरूमा पनि शान्ति प्राप्तिका अनेक उपायहरूको बारेमा उल्लेख गरिएको छ । बुद्ध स्वयंले भन्नुभएका कुराहरू सङ्गालेर बनाइएको त्रिपिटकदेखि अहिले आधुनिक समयसम्म आउँदा अनेक भिक्षु, सन्त, रिम्पोछेहरू समेतले मानव जीवन र आनन्दको बारेमा आफ्नो ज्ञान तथा अनुभवहरू

प्रस्तुत गरेका कृतिहरू सर्वत्र भेटिन्छन् । यस्तै सन्दर्भमा बौद्ध गुरु श्याल्पा तेन्जिङ रिन्पोछेद्वारा आफ्ना उपदेशहरू लिपीबद्ध गरी प्रकाशन गर्नुभएको अंग्रेजी पुस्तक Living fully : Finding Joy in Every Breath´ को नेपाली अनुवाद 'प्रत्येक श्वासमा आनन्द पूर्णताको जीवन' नामक पुस्तकको सान्दर्भिकता अझ गहिरो रूपमा उजागर हुन्छ ।

१६ अध्यायमा विभाजित यस पुस्तकको प्रथम अध्यायमा पूर्णताको जीवनलाई चारओटा उपशीर्षकद्वारा बताइएको छ । जीवन क्षणभङ्गुर छ भन्ने कुराको बोध मानिसलाई मात्र हुने हुँदा जीवनलाई अर्थपूर्ण तरिकाले बाँच्नुपर्छ भन्ने यसको मुख्य भाव हो । त्यसको लागि मानिसले कुनै मानकको पछि नलागी आफै निर्णय गरेर अघि बढ्नुपर्दछ । प्रत्येक पल सजग भएर आफूले गर्ने दैनिक प्रार्थनामा परोपकारी भाव राखेर मात्र कर्म गर्नुपर्दछ । किनकि यो अनमोल मानव जन्मको चेतपूर्ण अवस्था भनेको जीवन विनाशर्त स्वतन्त्र भएर बाँच्नु हो जसलाई इमानदारी, निष्कपटता, श्रद्धा, उदारता, दानशीलता र आत्मविश्वास जस्ता गुणहरूले पूर्ण गर्दछन् । बौद्ध दर्शनले भनेको छ, 'मानिसले आफ्नो लागिमात्र खुसी प्राप्त हुने बाटो खोज्नु भनेको साह्रै साँघुरो सोचाइ हो । यदि तपाईँ खुसी बाँड्न चाहनुहुन्छ भने कसरी अरूलाई खुसी बनाउन सकिन्छ भन्ने सोच्नुहोस् र त्यही बाटोमा हिँड्नुहोस् ।

पुस्तकको केन्द्रबिन्दु हामीले भोगिरहेको 'वर्तमान क्षण' हो । रिन्पोछेका अनुसार मानिसले प्रायः विगतको पछुतो वा भविष्यको चिन्तामा अल्झिएर वर्तमानलाई गुमाउँछ । तर सत्य भनेको 'अहिले' र 'यो श्वास' मात्र हो । यही श्वासलाई सजग भएर अनुभव गर्न सकियो भने जीवनमा आनन्द स्वतः प्रकट हुन्छ । पूर्णताका साथ श्वास फेर्नु भनेको जीवन पूर्णताका साथ बाँच्न जान्नु हो । त्यसैले ध्यान र सजगता मानिसको लागि अति आवश्यक छ । किनकि मान्छेको जीवन इन्द्रधनुष जस्तै क्षणिक भएको हुँदा मृत्युलाई जितेर हामी एकदिन पनि बढी बाँच्न सक्दैनौं । संसारको सबै कुरा परिवर्तनशील छ भन्ने कुराको बोध भएपछि मात्र आसक्ति र अहंकार स्वतः क्षीण हुँदै जान्छन् । बौद्ध दर्शनले जीवनलाई क्षणभङ्गुर मानेपनि उहाँले यसलाई डर होइन, उत्सवका रूपमा बुझाउनुभएको छ ।

उहाँले मानिसले फेर्ने प्रत्येक श्वास अर्थात हर क्षणमा आनन्द खोज्नु नै अर्थपूर्ण जीवन हो भन्ने कुरालाई जोड दिनुभएको छ । किनकि जीवनको वास्तविक सौन्दर्यलाई वर्तमान क्षणमा मात्र अनुभव गर्न सकिन्छ । यसको लागि नियमित ध्यान तथा आत्मअवलोकन नै चाहिन्छ । वर्तमान क्षणलाई बुझ्न सक्नु नै सुखी जीवनको आधार हो । रिम्पोछेले मानिसका लागि ध्यान र साधनालाई जटिल धार्मिक कर्मकाण्डका अभ्यासका रूपमा नभई सहज जीवनशैलीको अभिन्न अंग मान्दै दैनिक जीवनमा सजगता अपनाउने, अरूप्रति करूणा र प्रेमभाव राख्ने तथा मनभित्र उठ्ने विचारहरूलाई 'हेर्ने' साक्षीभाव विकास गर्ने अभ्यास नै मुक्तिको मार्ग हो भन्ने कुरा बताउनुभएको छ । उहाँ भन्नुहुन्छ, 'एकाग्र भएर श्वासमा केन्द्रीत भई पाँच मिनेट ध्यानमा बस्नु भनेको पाँच घण्टासम्म बराल्लिइरहेका विचारहरू लिएर हिड्नुभन्दा निकै उत्तम हो । किनकि हामी आफ्नै मस्तिष्कमा छाइरहने सांसारिकताबाट मुक्त हुनुपर्छ । तर आँखा मात्र बन्द गरेर बस्नुभयो भने तपाईँलाइ निद्राले पछ्याउने छ ।'

पुस्तकको प्रारम्भिक अध्यायहरूले मानव सुखको सिद्धान्त र ध्यान अभ्यासलाई सन्तुलित रूपमा प्रस्तुत गर्छन् भने बीचका अध्यायहरूमा मानिसको कर्म, स्वतन्त्रता र आशक्तिलाई कसरी सन्तुलनमा राख्ने भन्ने कुराको उल्लेख गरिएको छ । आफूमाथि विजय हासिल गर्नु शत्रुलाई जित्नभन्दा कठिन हुने कुरा बताउँदै उहाँ भन्नुहुन्छ, 'एउटा आध्यात्मिक योद्धाले कुनै मेसिनगन या ग्रिनेड लिएर हिँडेको हुँदैन; न त उसको कुनै बाहिरी दुश्मन नै हुन्छ । उनीहरूले ध्वस्त पारेर जित्नुपर्ने भनेको हामीलाई विचलित पार्नखोज्ने भावनाहरू, लोभ, द्वेष, घमण्ड, इर्ष्या र अज्ञानतालाई नै हो । किनभने यिनै भावनाले गर्दा हामीभित्र दुःखको जन्म हुने हो ।' दुःखको यही दलदललाई बौद्ध दर्शनले संसार मानेको छ । अन्तिमका अध्यायहरूमा सबै प्राणीहरूका लागि समर्पणको अभ्यासको बारेमा बताउँदै करूणाको गहन अर्थको बारेमा उल्लेख गरिएको छ ।

पुस्तकमा मानिसका मुख्य चारओटा विशेष गुणहरू, निष्पक्षता, मैत्री, करूणा र मुदिताको बारेमा ब्याख्या गर्दै मानिसको लागि अरूको उपकार गर्दा जस्तो खुसी हुने अरू कुरा केहि नभएको बताइएको छ । उहाँले गुरू स्थापनाको आवश्यकता र गुरूले देखाउने बाटो कस्तो हुन्छ भन्ने कुरालाई अत्यन्त गहिराइका साथ प्रस्तुत गर्दै हरेक गुरू आफ्नो शिष्यको जागृत अवस्थाको

प्रतिनिधि मानेर प्रकृतिका अवयवहरूलाई पनि गुरू मान्न सकिने विचार व्यक्त गर्नुभएको छ । गुरूप्रतिको समर्पणभावले नै निर्भयता र दृष्टि पाइने हुँदा आफूले प्राप्त गरेको आध्यात्मिक ज्ञानलाई दैनिक जीवनमा प्रयोगमा ल्याउनु नै मानिसको कर्तव्य हो । पुस्तकको अन्त्यतिर रहेको अन्तर्वार्ता खण्डले समकालीन जीवनका जटिल प्रश्नहरूलाई सरल र तार्किक उत्तरमार्फत स्पष्ट पारेको छ भने उहाँले स्थापना गर्नुभएका विभिन्न सामाजिक र आध्यात्मिक संस्थाहरूको बारेमा समेत चर्चा गरिएको छ ।

सतासी वटा उपशीर्षक रहेको यो कृतिका हरेक शीर्षकहरू गुरूकै सान्निध्यमा बसेर प्रवचन सुनिरहेका जस्ता लाग्दछन् । पुस्तकमा बुद्धले देखाउनु भएको ज्ञानमार्गको परम्परा भ्रमपूर्ण नभएको र साधारण मानिसले पनि आफ्नो जीवनमा गुरूलाई अङ्गीकार गर्नुपर्छ भन्ने कुरामा जोड दिइएको छ । किनकि जब गुरूका शब्दहरू तपाईंको हृदयमा बास गर्न पुग्दछन् तब तपाईंलाई आफ्नो हातमा अमूल्य हिरा परेको जस्तै आभास हुन्छ । यिनै गुरूवाणीहरूले नै तनाव व्यवस्थापन गर्न, जीवनका वास्तविक उद्देश्यको खोजी गर्न र सकारात्मक दृष्टिकोण विकास गर्न उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउँछन । आधुनिक जीवनशैली, मानसिक तनाव र आध्यात्मिक प्यासबीच सन्तुलन कसरी कायम गर्ने भन्ने विषयमा गुरूको उपस्थितिलाई परम्पराको आशीर्वाद मान्ने रिन्पोछेको दृष्टिकोण अत्यन्त व्यावहारिक र प्रेरणादायी छ ।

४०० पृष्ठ संख्या रहेको यो पुस्तक भाषिक दृष्टिले पनि अत्यन्त सरल छ । जटिल दार्शनिक अवधारणाहरूलाई सरल उदाहरणमार्फत प्रस्तुत गरिएकाले सामान्य पाठकले पनि सहजै बुझ्न सक्छन् । यद्यपि, यो पुस्तक एकैचोटि पढेर सिध्याउने भन्दापनि पाठकलाई प्रत्येक अध्यायले सोच्न, मनन गर्न र आत्मसात् गर्न प्रेरित गरिरहन्छ । यस अर्थमा यो 'पठन-साधना' जस्तै हो । हरेक अध्यायका भाव अर्को अध्यायसँग जोडिएका छन् । हरेक अध्याय एक एक किस्ता जस्तै छन् । अङ्ग्रेजीबाट नेपालीमा अनूदित भए पनि यसको भाव, मर्म र आत्मिक स्पर्श ज्यूँका त्यूँ सुरक्षित रहनु यस कृतिको खास विशेषता हो । बुद्धले देखाउनुभएको मध्यम मार्ग, सजगता, आत्मचिन्तन, स्वबोध र करूणाको शिक्षा शब्दका माध्यमद्वारा प्रत्येक पृष्ठमा जीवन्त रूपमा सँगालिएका छन् ।

कडा अनुशासनमा रहने महायान गेलुक्पा परम्पराका प्रतिष्ठित आध्यात्मिक गुरू श्याल्पा तेन्जिङ रिन्पोछेको पर्वचनहरूमा आधारित यो पुस्तक समकालीन बौद्ध साहित्य मात्र नभई नेपाली साहित्यको पनि एक अमूल्य आध्यात्मिक कृति हो । हाल कपन गुम्बाका प्रमुखका रूपमा कार्यरत तथा दुई दशकदेखि अमेरिकामा बुद्धको दर्शन, योग तथा ध्यान साधनाको प्रचार गर्दैआउनुभएका रिन्पोछेले आफ्नो जीवनलाई विश्वशान्ति, करूणा र ध्यानमार्गको प्रसारमा समर्पित गर्नुभएको छ । ज्ञान र करूणाको सन्तुलनबाट सबै प्राणीहरूको मुक्तिका लागि बुद्धको मार्ग अंगाल्नुभएका रिन्पोछेको लुम्बिनीमा 'Sanctuary for Universal Peace' परियोजना निर्माणाधीन छ । यसका साथै न्याङ्ग्रिग एसे, बुद्धफिल्ड जस्ता सामाजिक संस्थाहरूमार्फत गरिएका कर्मले उहाँको दर्शन केवल शब्दमा सीमित नभई व्यवहारमा पनि उतारिएको पुष्टि गर्दछ ।

पत्रकार युवराज घिमिरे र मनोज दाहालद्वारा सरल र बोधगम्यरूपमा अनुदित यस कृतिले पाठकलाई बाह्य जगतको कोलाहलबाट टाढा लैजाँदै आफ्नै अन्तर्मनको यात्रा गराउन मार्गनिर्देश गर्दछ, झण्डै झण्डै विपश्यनाको क्रमबद्ध ध्यान गरेजस्तै । यसले पाठकहरूलाई मानव अस्तित्वको महत्त्व, दुःखको कारण र त्यसको निवारणका उपायहरू सरल भाषामा तर गहिरो ढङ्गले बुझाएको छ । आनन्द बाह्य वस्तुमा होइन, आफ्नै चेतनामा लुकेको हुन्छ र त्यसलाई अनुभव गर्न हामीले केवल प्रत्येक श्वासमा सजग हुन सिक्नुपर्छ भन्ने सन्देशले यस कृतिलाई अझ सान्दर्भिक, प्रेरणादायी र अपरिहार्य बनाएको छ । साथै सार्थक जीवन बिताउन खोज्नेहरू तथा जीवनलाई गहिरो गरी बुझ्न चाहनेहरूलाई पनि हरेक खण्डका गहन विचार हरुले मार्गनिर्देश गरेका छन् । यसका साथै बुद्धले देखाउनुभएको मध्यम मार्ग, सजगता, आत्मचिन्तन, स्वबोध र करूणाको शिक्षा यस पुस्तकका प्रत्येक पृष्ठमा जीवन्त रूपमा अनुभूत हुन्छ । त्यसैले 'प्रत्येक श्वासमा आनन्द, पूर्णताको जीवन' केवल प्रवचन श्रृङ्खला मात्र होइन, एउटा पठनयोग्य, मननयोग्य र संग्रहयोग्य जीवनदर्शन कृति पनि हो ।

ॐ नमो बुद्धायः ।❖

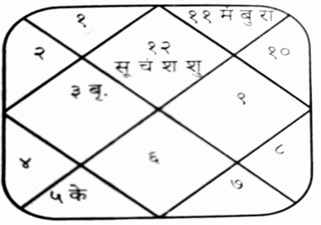
प्रस्तुतिः भागवतश्री न्यौपाने

-सेतोपुल, काठमाडौं

ज्योतिषीय दृष्टिमाः २०८३ साल

–सुदर्शन ढोडारी

गत चैत ५ गतेबाट साठी संवत्सर मध्ये चौउन्नौं सम्वत्सर विक्रम सम्वत २०८३ साल रौद्र संवत्सरमा प्रवेश गरेको पाइन्छ। यो वर्ष रौद्र सम्वत्सर भएको हुँदा यसको प्रभावले मानिसहरू बीचमा आपसी वेमेल, झगडा, खिचातानी जस्ता प्रवृत्तिहरू देखापर्ने छन् । चन्द्रमण्डलको मंगल आदि ग्रह राहूग्रस्त आदित्य मारक धूम्रकेतुको अनिष्टफल र रूद्रको उत्पात रूपको कारण सालभरि त्यति राम्रो लक्षण देखिन्न । त्यस्तै ग्रहहरूमा राजा गुरू र मन्त्री मंगल रहेको देखिन्छ । यसको अर्थ राज्य सञ्चालकहरू निकै सुझबुझका साथ अघि बढेमात्र सफल हुने देखिन्छ । योग्यता र क्षमतावान्ले उचित अवसर पाउने छन् । मन्त्रीको स्थानको मंगल स्वभावैले तेजश्वी र शक्तिशाली रहेकोले नागरिकका कार्यहरू छिटो छरितो रूपमा सम्पन्न हुने सम्भावना छ । मंगलले बुध र शनिसँग युतियोग बनाउँदा जनजीविकामा महंगी नबढ्ला भन्न सकिन्न । पहिले जस्तै नागरिकले बजारभाउ महंगीको सामना गर्नुपर्ला । तर अनावश्यक जालझेल र चालबाजीबाट भने मुक्ति मिल्ने सम्भावना छ ।



द्वादशी तिथिबाट वर्ष आरम्भ भएकोले श्रीवृद्धि भई राज्यमा रोजगारीको वृद्धि हुने सम्भावना छ । मंगलबारबाट वर्ष शुरूभएकोले जेठा बाठा व्यक्तिको मृत्युको खवर आउने बढी सम्भावना छ । शत्भिषा नक्षत्रबाट वर्ष आरम्भ भएकोले मानिसहरू धार्मिक कृयाकलापमा रमाउने देखिन्छ । शुभयोगका कारण रोगव्यादीको प्रकोप पहिलाभन्दा कम हुने छ । कौलव करणबाट वर्ष आरम्भ भएकोले कृषि व्यवसायमा वृद्धि हुने र उद्योगधन्दाको समेत विकास हुने देखिन्छ । यो साल जेठ महिनामा मलमास परेको छ । यसको प्रभावले मानवीय सुख, शान्ति प्राप्त हुनुका साथै विकास निर्माण कार्यका निम्ति अनुकुल समय रहेको छ । सारांशमा भन्नुपर्दा यो साल आफैंमा एक शक्ति र ऊर्जाशील वर्ष रहेकोले पहिले भन्दा देश र जनताको सुखसुविधामा बढोत्तरी हुने देखिन्छ ।❖

पशुपतिको भेटी

पशुपति क्षेत्र विकास कोषले वि.सं. २०६८ सालको चैत २६ गते एउटा नियमावली लागु गरी पशुपतिनाथमा भक्तजनले श्रद्धाले चढाउनुभएको भेटिघाटीलाई गणना गरी पशुपतिनाथको आम्दानीको रूपमा बाध्ने क्रम शुरू गरेको हो । नियमावली लागु गरिए पनि पशुपति मन्दिर परिसरका सम्पूर्ण मठमन्दिर एवम् देवालयहरूको भेटिघाटी भने गणनामा समावेश भएको छैन । नियमावलीको कार्यान्वायन पछि श्रीपशुपतिनाथ मन्दिर, नवग्रह, हनुमान, बूढानीलकण्ठ र वासुकीनाथ भगवान्लाई चढाइएको भेटिघाटी नियमावलीले समेटेको छ । गौरीले सुरूवाती समयदेखि नै भेटिघाटीको मासिक विवरण प्रकाशित गर्दैआएको थियो । कोरोना महामारीपछि केही वर्ष छुटे पनि अबका दिनमा नियमितता दिने प्रयत्न गरेका छौं ।

पशुपतिनाथ मन्दिरमा सङ्कलित
भेटिघाटी (२०८२ चैत)

मिति	रकम	मिति	रकम
१२–०१	४२२४२०	१२–१६	३३७८९८
१२–०२	३२२४१०	१२–१७	२९२२००
१२–०३	३४२४७३	१२–१८	३४०६६०
१२–०४	२२७९४४	१२–१९	३८५६६०
१२–०५	३२१५६५	१२–२०	३१६३६६
१२–०६	२१२०६०	१२–२१	३४५४५०
१२–०७	२४७२८०	१२–२२	३५५८००
१२–०८	३६७८१०	१२–२३	४८९१२३
१२–०९	२७८९६८	१२–२४	४६३३३०
१२–१०	३२७८३८	१२–२५	३७३२४२
१२–११	३२५३४९	१२–२६	४२३६४२
१२–१२	२०६२८६	१२–२७	३८३९८०
१२–१३	२७३९५०	१२–२८	३८७२९०
१२–१४	३०९६६०	१२–२९	३८४९००
१२–१५	३२५०१८	१२–३०	३५७१४०
		यस महिनाको जम्मा	१०१४७७३२

माथि उल्लेखित रकममा दानभेटी (पशुपतिनाथ मन्दिर), दानभेटी (वासुकी), दानभेटी (हुण्डी), बुढानीलकण्ठ/हनुमान, चन्दन वितरणस्थल, नवग्रहमा चढाइएका रकम तथा जुत्ताचप्पल र शौचालयको दानपेटिकामा जम्मा भएका रकम सङ्कलित छन् ।

स्रोतः आर्थिक प्रशासन शाखा, प.क्षे.वि.कोष

गतिविधि

११ गते रूपकुमारी अध्यात्म सेवा पुरस्कार र सम्मान प्रदान गरिने

२०८३ सालको 'रूपकुमारी अध्यात्म सेवा पुरस्कार' तथा 'रूपकुमारी अध्यात्म सेवा सम्मान' क्रमशः तुलसा फाउन्डेसन, ललितपुर तथा डा. स्वामी केशवानन्द गिरि, काठमाडौंलाई अर्पण गरिने भएको छ। रूपकुमारी अध्यात्म सेवा अनुष्ठानका अध्यक्ष रमा शर्माको सभापतित्वमा हालै बसेको बैठकले आध्यात्मिक, धार्मिक तथा सेवामूलक क्षेत्रमा प्रत्येक वर्ष प्रदान गर्दैआएको पुरस्कार र सम्मान यस वर्ष फाउण्डेशन र डा. गिरिलाई प्रदान गर्ने निर्णय गरेको हो। पुरस्कार र सम्मान अर्पण कार्यक्रम यही वैशाख ११ गते शुक्रबार दिनको २:०० बजे लेखनाथ साहित्य सदन, सोह्रखुट्टेमा आयोजना हुँदैछ।

कर्मकाण्डी ब्राह्मणहरूको निम्ति आचारसंहिता

पशुपति क्षेत्र विकास कोषले पशुपति परिसरमा कर्मकाण्ड गर्ने ब्राह्मणहरूको निम्ति आचार संहिता लागू गराउने भएको छ। पशुपति परिसरमा कर्मकाण्ड गराउन आएका भक्तजनहरूको गुनासो र सुझावलाई सम्वोधन गर्दै कोषले कर्मकाण्डमा संलग्न ब्राह्मणहरूका निम्ति विभिन्न १६ वटा आचरणहरू समावेश गर्दै आचार संहिता, २०८२ लागू गराउन लागेको हो।

आचारसंहितामा ब्राह्मण (पण्डित-पुरोहित) ले आफ्नो नित्यकर्म (शौच, स्नान, सन्ध्या, देवपूजा, स्वाध्याय आदि आचरण) अनिवार्य रूपमा प्रत्येक दिन गर्नुपर्ने, शास्त्रसम्मत शिखा (टुप्पी), यज्ञोपवीत (जनै), निधारमा चन्दन वा टीका, रूद्राक्षमाला, दौरा सुरुवाल वा कुर्ता-सुरुवाल वा भोटो धोती, उपर्ना लगायत मर्यादित सफा र शुद्ध वस्त्र धारण गर्नुपर्ने, कर्ताको इच्छा अनुसार यज्ञ-यागादि, व्रत-समापन, श्राद्ध, अन्त्यकर्म लगायतका धार्मिक कर्म गर्दा शास्त्रसम्मत विधिद्वारा आफ्नो मर्यादामा रहेर गर्नुपर्ने, जुन कर्म जुन ठाउँमा सम्पन्न गर्न तोकिदिएको छ, त्यही ठाउँमा बसेर तत् तत् कर्म सम्पन्न गर्नुपर्ने, ब्राह्मणले आशौच बारेका समयमा कुनै पनि कर्म गराउन नहुने लगायतका आचरण उल्लेख गरिएको छ।

शान्तिको लागि साइकल यात्रा हुने

शान्ति एक अपरिहार्य साझा पुकार भएको मनन गर्दै विश्व शान्तिको सन्देशका लागि साइकल यात्रा गरिने भएको छ। महासिद्ध पिस स्यान्चुअरी (Mahasiddha Sanctuary for Universal Peace) ले आयोजना गर्न लागेको सो साइकल यात्रा यही वैशाख १५ गते काठमाडौंमा प्रारम्भ हुने र १९ गते बुद्ध जन्मभूमि लुम्बिनीमा सम्पन्न गरिने छ। भिक्षु स्याल्पा रिम्पोछेका अनुसार कुल १०८ जना साइकलयात्रीहरू सहभागी हुने काठमाडौँदेखि लुम्बिनी सम्मको ४ दिने यात्रामा अन्य व्यक्तिहरू पनि साइकल सहभागी हुन सक्नेछन्। नेपाल शान्तिका अग्रदूत भगवान् गौतम बुद्धको जन्मभूमि भएकोले देशमा साथै विश्वमै शान्ति कायम गर्नु नेपालीको पहिलो कर्तव्य हो भन्ने ठानी यात्राको आयोजना गरिएको आयोजक समितिको भनाइ छ।

आयोजकका अनुसार शान्तिका लागि साइकल यात्रा वैशाख १५ गते काठमाडौं स्वयम्भूबाट सुरू भई पहिलो दिनको विश्राम हेटौडामा हुने छ त्यसपछि दोस्रो दिन हेटौंडाबाट नारायणघाट हुँदै नवलपुरको रजहरमा हुनेछ। तेस्रो दिन रजहरबाट, कावासोती, दाउन्ने, बर्दघाट हुँदै भैरहवामा रहने छ भने चौथो दिन विहानै भैरहवाबाट साइकल यात्रीहरू लुम्बिनी पुग्ने छन्।

२५७० औं बुद्ध पूर्णिमाको दिन (१८ वैशाख २०८३) विहानै लुम्बिनीमा उपस्थित भक्तजनहरूबाट मायादेवी मन्दिर दर्शन, बोधि वृक्षको छाना मुनि विश्व शान्तिको लागि विशिष्ट ध्यान र प्रार्थना हुने छ साथै दीप प्रज्ज्वलन पनि गरिने छ।

आयोजक समितिले बैशाख १९ गते भोलिपल्ट बिहान ७ बजे ध्यान कार्यक्रम सञ्चालनका साथै त्यसपश्चात M.P.S. For World Peace का परिकल्पनाकार तथा संस्थापक श्याल्पा तेन्जिन रिन्पोछेद्वारा लिखित The Path to Perfect Freedom र सोही पुस्तकको नेपाली अनुवाद "पूर्ण मुक्तिको मार्ग" को विमोचन गरिने समेत बताएको छ।

श्री रिन्पोछेले विगत लामो समयदेखि विश्वभरि शान्तिको सन्देश र बौद्ध शिक्षा फैलाउन ठूलो योगदान गर्नु भएको छ। रिन्पोछेले UN Conference, The World Economic Forum, Davos–Swizerland, अमेरिकाको The White House र अन्य थुप्रै राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय मञ्चहरूमा भगवान् बुद्ध, लुम्बिनी र नेपालको गरिमा बढाउन भूमिका खोल्दै आउनुभएको छ।❖

सम्पदा जोगाऔं,
पहिचान बचाऔं !

- ऐतिहासिक, सांस्कृतिक तथा प्राकृतिक सम्पदाको संरक्षण गरौं ।
- सम्पदा क्षेत्रमा फोहोर नगरौं ।
- पुरातात्विक तथा धार्मिक स्थलहरूमा तोडफोड वा क्षति नपुर्‍याऔं ।
- स्थानीय संस्कृति, परम्परा र मूल्य–मान्यताको सम्मान गरौं ।
- सम्पदा क्षेत्रको संरक्षणसम्बन्धी नियम तथा निर्देशनहरूको पालना गरौं ।
- पर्यटक तथा आगन्तुकहरूलाई सम्पदाको महत्वबारे जानकारी गराऔं ।
- अनधिकृत निर्माण तथा अतिक्रमणबाट सम्पदालाई जोगाऔं ।
- पुराना सम्पदाहरूको मर्मत सम्भार र संरक्षणमा समुदायको सक्रियता बढाऔं ।

सम्पदा जोगाउनु हाम्रो कर्तव्य हो ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन वोर्ड

Pashupati Engineering & Fabricators
Santari, Sundarijal, Kathmandu, Nepal
Tel: 01-5107031, 9813662880
Email: pashupatiengineering2081@gmail.com

'The Experienced Team of Quality Job'

साल्ट ट्रेडिङ कर्पोरेशन लिमिटेड
द्वारा प्रवर्द्धित
STC ग्याँस

तौल पूर्ण, सुरक्षा सम्पूर्ण

- ISI स्टाण्डर्डको भित्र बाहिर रबर कोट भै बीचमा स्टिलको जाली भएको ३ तहको होजपाइप
- उच्च गुणस्तरको रेगुलेटर
- पुन: प्रयोग गर्न न सकिने प्लाष्टिक सिल भएको सिलिण्डर
- कम्प्यूटर प्राविधिबाट चल्ने प्लान्ट, तौलमा सोहै आना ढुक्क हुनुहोस्

साल्ट ट्रेडिङ्ग समूहका उत्कृष्ट खाद्य बस्तुहरू

गो.हु.का. (म.क्ष.हु.नि.द.नं.) १०/०६७/०६८

श्री नृसिहधाम पुरुषोत्तम महा-महोत्सव

(पुरुषोत्तम स्नान, कथा श्रवण एवं १०८ तिर्थयज्ञको पूर्ण आहुति र जल प्रसाद वितरण)

इतिहासकै ठुलो कार्यक्रम

मितिः २०८३ जेष्ठ १ गतेदेखि ३१ गतेसम्म

स्थान : श्री नृसिंहधाम क्षेत्र, सल्यानटार , त्रिपुरासुन्दरी- १, धादिङ्ग

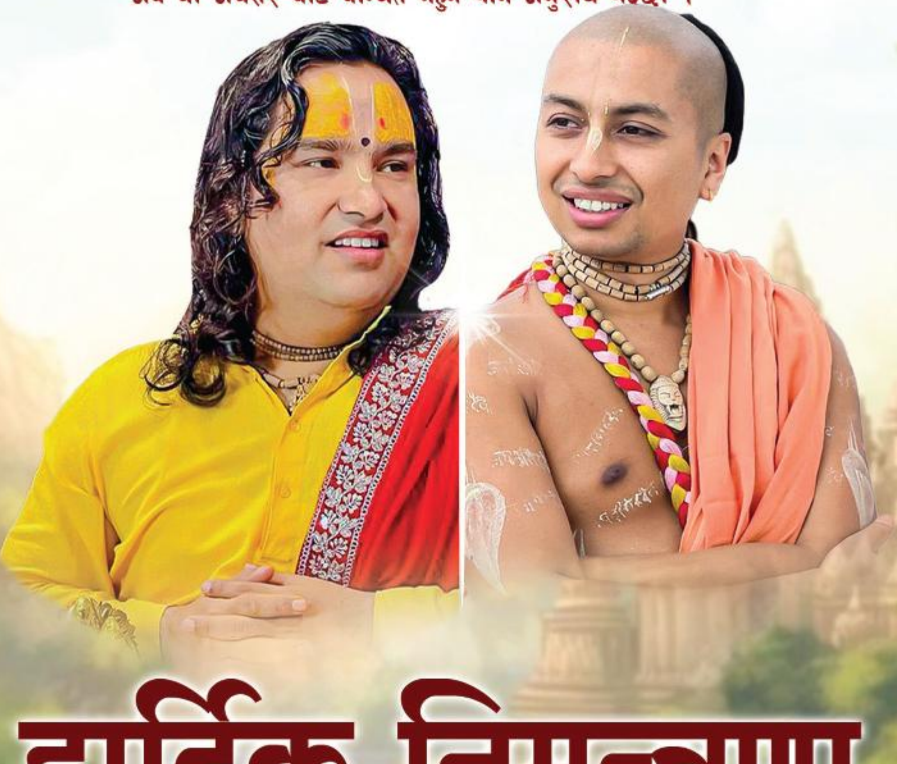
पुरुषोत्तम महिनामा नृसिंहधाम जाऔं

स्नान, यज्ञ र कथामा सहभागी भई

आफ्नो जीवन धन्य बनाऔँ

प्रिय सज्जन

१०८ तिर्थ यज्ञको समापन र पूर्णाहुति हुने यो कार्यक्रम न भूतो न भविष्यति भन्दा अत्युक्ति नहोला । जीवनकालमा यस्तो अवसर न पूर्खाले प्राप्त गरे न भावी सन्ततिले प्राप्त गर्नेछन । पूज्यपाद डा. श्रीवास कृष्ण दास ब्रह्मचारी ज्यूले वर्षौंसम्म अनवरत चारधाम, सप्तपुरी, द्वादशज्योतिर्लिंग,हिमाल, पहाड, तराईका तिर्थ क्षेत्र, गोसाइँकुण्ड, कैलाश मानसरोवरदेखि रामेश्वरम, कन्याकुमारी लगाएतका १०८ तिर्थस्थलमा गर्नुभएको तपस्याको प्रसाद जीवनमा पुनः कहिल्यै प्राप्त हुदैन । अब यो अवसर बाट बन्चित नहुन पनि अनुरोध गर्दछौ ।



हार्दिक निमन्त्रणा